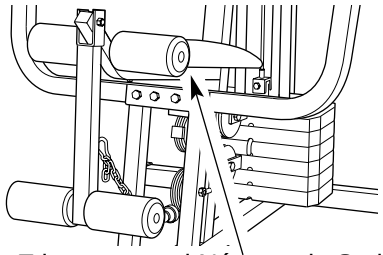
WEIDER 8510®

Núm. de Modelo WESY87100
Núm. de Serie _____

(Escriba el número de serie en el espacio de arriba para referencia).



Etiqueta con el Número de Serie

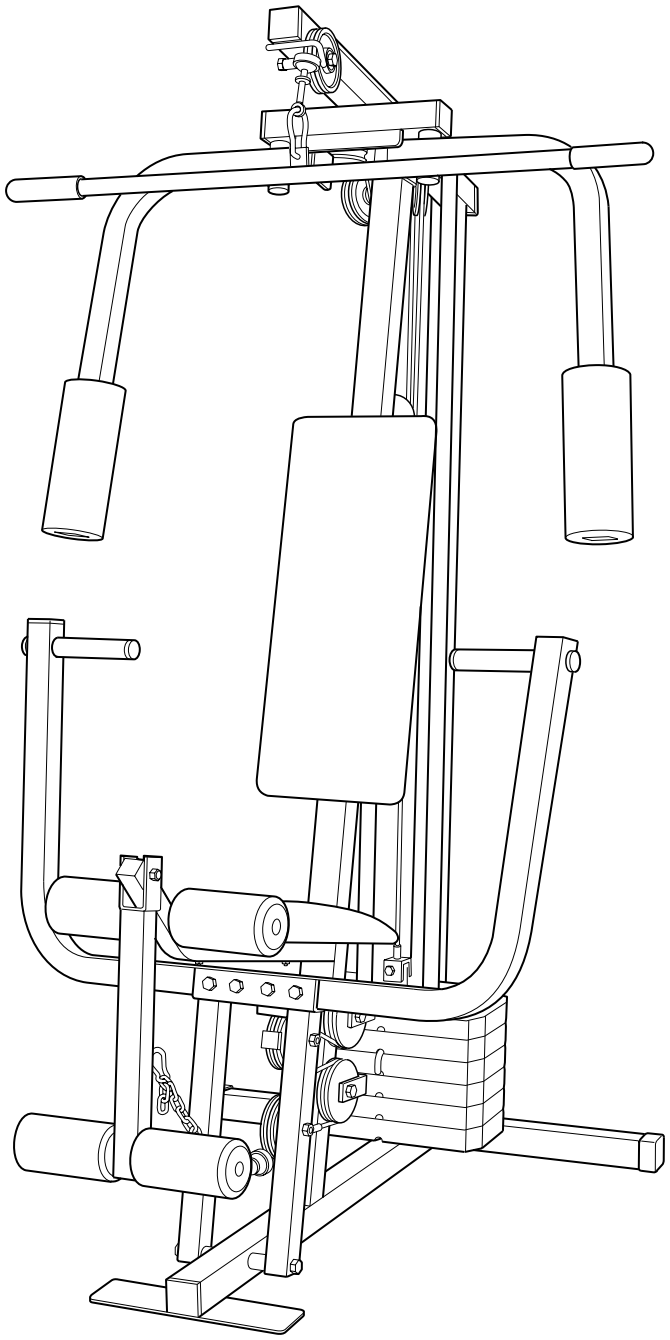
¿PREGUNTAS?

Como fabricante, nosotros estamos cometidos a proveerle satisfacción completa a nuestro cliente. Si usted tiene preguntas, si faltan partes o hay partes dañadas, póngase en contacto con la tienda donde compró el equipo.

PRECAUCION:

Antes de usar el equipo, lea cuidadosamente todas las advertencias y precauciones importantes de este manual. Guarde el manual para futuras referencias.

CLASE H C
Producto de Fitness



MANUAL DEL USUARIO

CONTENIDO

PRECAUCIONES IMPORTANTES 3
ANTES DE COMENZAR 4
MONTAJE 5
AJUSTE 17
MANTENIMIENTO Y PROBLEMAS 20
DIAGRAMA DE CABLES 21
LISTA DE PARTES 22
DIBUJO DE LAS PARTES 23
COMO ORDENAR PARTES DE REPUESTO . . . . . .Contraportada

Nota: En la parte central de este manual se encuentran una TABLA DE IDENTIFICACION DE PARTES. Retírelo antes de empezar el ensamblado.

PRECAUCIONES IMPORTANTES

ADVERTENCIA: Para reducir el riesgo de lesiones serias, antes de usar el home gym system, lea las siguientes precauciones importantes.

1. **Es responsabilidad del propietario asegurarse que todos los usuarios del home gym system estén adecuadamente informados sobre todas las precauciones necesarias.**

2. **Antes de usar el home gym system lea todas las instrucciones en este manual del usuario y en la literatura que se acompaña.**

3. **Si durante el ejercicio usted siente alguno dolor o se marea, deténgase inmediatamente y descanse.**

4. **Use el home gym system solamente en una superficie a nivel. Para protección, cubra el piso debajo del home gym system.**

5. **Revise y apriete todas las piezas cada vez que use el home gym system. Reemplace inmediatamente cualquier pieza que esté desgastada.**

6. **Mantenga a los niños menores de 12 años y animales domésticos lejas del home gym system.**

9. **Siempre use calzado de atletismo para protección de sus pies.**

8. **Mantenga las manos y los pies retirados de las partes móviles del sistema.**

9. **Siempre manténgase parado en la plataforma para los pies cuando esté haciendo cualquier ejercicio que pueda causar que el home gym system, se vuelque.**

10. **Nunca suelte súbitamente los brazos de presión, la palanca de piernas, los brazos, la barra horizontal o el tirante de nylon mientras las pesas están siendo levantadas. Las pesas caerán con mucha fuerza.**

11. **Inspeccione los cables cada vez que use el weight system. Asegúrese de que los cables permanezcan en las poleas todo el tiempo. Si los cables se atoran mientras usted esté haciendo ejercicio, deténgase inmediatamente y asegúrese de que los cables estén en los canales de todas las poleas. Reemplace todos los cables cada dos años.**

12. **Siempre desacople la barra horizontal del home gym system, si está haciendo un ejercicio que no requiere de esta barra horizontal.**

13. **Siempre coloque el pino del seguro y seguro a la guía de pesas cuando el home gym system no se estén usando (veja pagina 18).**

14. **El home gym system está diseñada para uso en casa solamente. No use el home gym system en ningún lugar comercial, de renta o institucional.**

AVISO: Antes de iniciar cualquier programa de ejercicios, consulte a su médico. Esto es especialmente importante para personas mayores de 35 años o personas que han tenido problemas previos de salud. ICON no asume responsabilidad por lesiones personales o daño a propiedades sufrido por o a causa del uso de este producto.

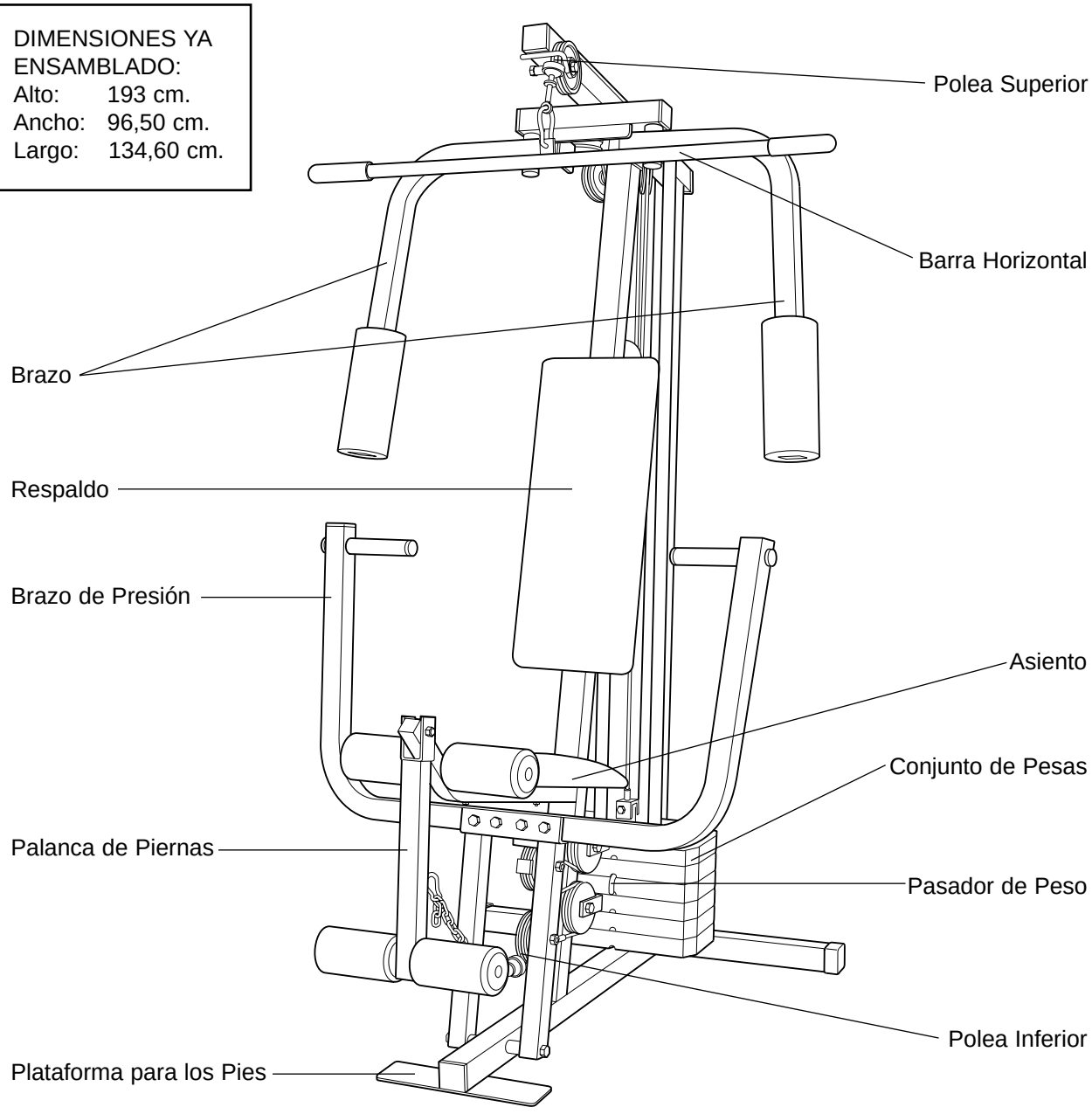
ANTES DE COMENZAR

Gracias por seleccionar el versatil WEIDER® 8510 Home Gym System. El WEIDER® 8510 ofrece una impresionante combinación de estaciones de peso que han sido diseñadas para cada grupo de músculos de su cuerpo. Ya que su meta sea entonar su cuerpo, desarrollar dramáticamente la fuerza y tamaño de sus músculos, o mejorar su sistema cardiovascular, el WEIDER® 8510 le ayudará a alcanzar los resultados específicos que usted quiera.

Para su beneficio, lea cuidadosamente este manual antes de usar el WEIDER® 8510 Home Gym System. Si hay preguntas, comuníquese con el vendedor. Para ayudarnos a darle un mejor servicio, antes de llamar, por favor anote el número del modelo de la máquina y el número de serie. El número del modelo es WESY87 100. El número de serie puede ser encontrado en una etiqueta pegada al WEIDER® 8510 (vea la portada de este manual del usuario).

Antes de seguir adelante, por favor revise el dibujo de abajo y familiaricese con las partes que están identificadas.

DIMENSIONES YA ENSAMBLADO:
Alto: 193 cm.
Ancho: 96,50 cm.
Largo: 134,60 cm.

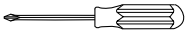


MONTAJE

Antes de empezar a ensamblar, lea cuidadosamente la siguiente información e instrucciones:

- Coloque todas las piezas del home gym system en un área despejada y retire los materiales de empaque; no deseche los materiales de empaque hasta que el ensamblado esté terminado.
- El ensamble está dividido en cuatro pasos: 1) ensamble del marco, 2) ensamble del brazo de presión y de mariposa, 3) ensamble de cable y polea, y 4) ensamble del asiento y respaldo.El equipo para cada paso está empacado por separado. Espere a abrir la bolsa de las piezas bolsa hasta que vaya a empezar a ensamblar el paso correspondiente.
- Para identificar las piezas pequeñas usadas en el ensamblado, **use la TABLA DE IDENTIFICACION DE PARTES localizada en medio de este manual.** Nota: Algunas piezas pequeñas pueden haber sido armadas previamente para propósitos de envío. Si una pieza no se encuentra en la bolsa de las piezas, revise si ha sido armada previamente.
- A medida que ensamble el home gym system, asegúrese que todas las piezas estén orientadas como se muestra en los dibujos.
- Apriete todas las piezas a medida que las ensambla, a menos que se de instrucciones en otro sentido.

SE REQUIEREN LAS SIGUIENTES HERRAMIENTAS (NO INCLUIDAS) PARA EL ENSAMBLADO:

- **Dos (2) llaves de ajuste**
- **Un (1) desarmador estandard**
- **Un (1) desarmador de cruz** 
- **Un (1) martillo de hule**
- **Lubricante, como grasa o vaselina, y también se necesitará agua jabonosa.**

Ensamblar será mas apropiado si cuenta con las siguientes herramientas: Un juego de conexiones para dados, un juego de llaves de extremos cerrados (de estrías) o de extremos abiertos (españolas), o un juego de llaves de matraca.

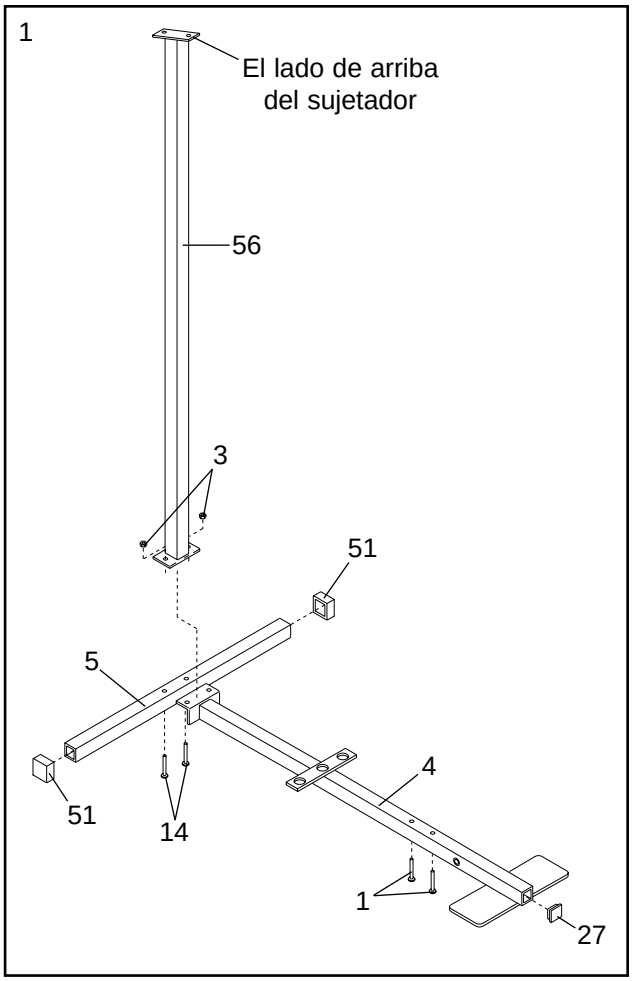
ENSAMBLADO DEL MARCO

1. **Antes de empezar a ensamblar, asegúrese que ha leído y entendido la información en el recuadro de arriba.**

   Coloque una Tapa Externa Cuadrada de 2” (51) dentro de cada extremo del Estabilizador (5). Coloque una Tapa Interna Cuadrada de 2” (27) al final de la Base (4).

   Coloque dos Tornillos de Porte de 5/16” x 2 3/4” (14) de abajo hacia arriba a través del Estabilizador (5). Coloque dos Tornillos de Porte de 5/16” x 2 1/2” (1) de arriba hacia abajo a través de la Base (4).

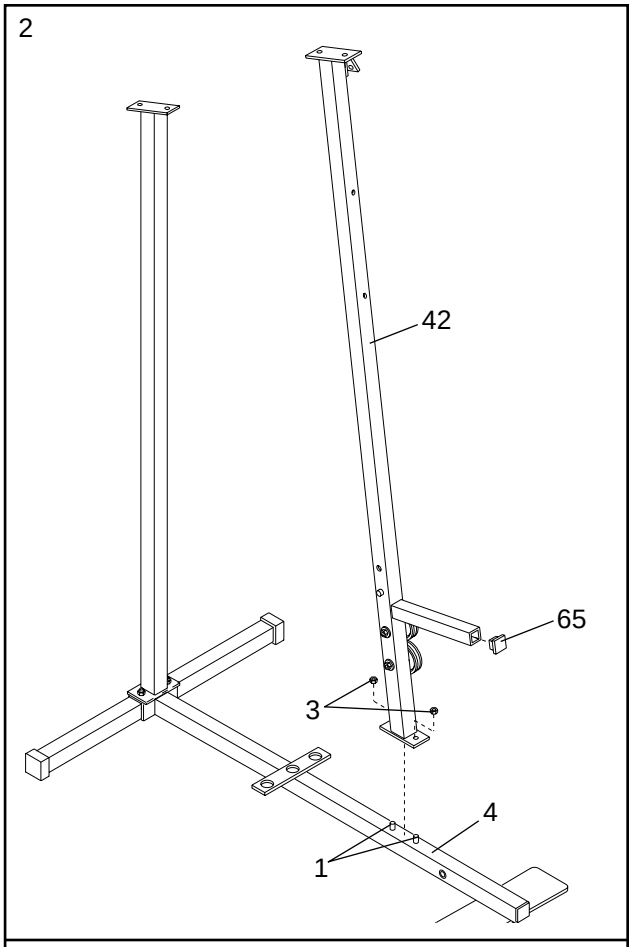
   Deslice el extremo indicado de la Base (4) sobre los Tornillos de Porte de 5/16” x 2 3/4” (14) de abajo hacia arriba en el Estabilizador (5). Coloque el Montante Vertical Posterior (56) en los Tornillos de Porte. Apriete con la mano una Contratuerca de Nylon de 5/16” (3) en cada Tornillo de Porte. **El lado de arriba del sujetador en el Montante Vertical Posterior debe quedar del lado que se muestra. Todavía no apriete las Contratuercas de Nylon.**



ENSAMBLADO DEL MARCO

2. Coloque el Montante Vertical Frontal (42) en los Tornillos de Porte de 5/16” x 2 1/2” (1) en la Base (4). Apriete con la mano una Contratuerca de Nylon de 5/16” (3) en cada Tornillo de Porte. **Todavía no apriete completamente las Contratuercas de Nylon.**

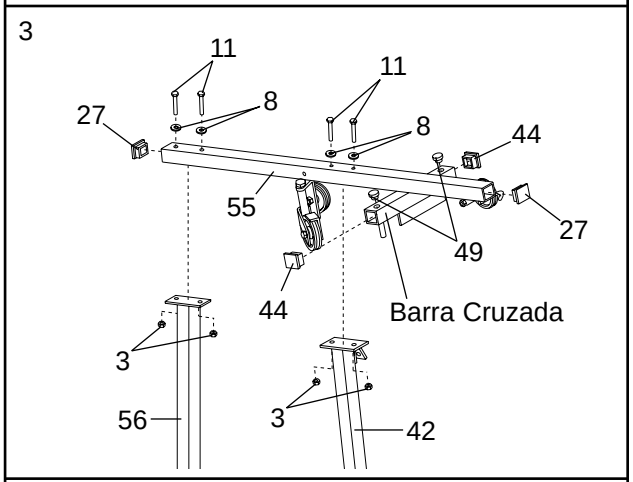
   Coloque una Tapa Interna Cuadrada de 1” (65) en el Montante Vertical Frontal (42).



3. Coloque una Tapa Interna Cuadrada de 2” (27) en cada extremo del Marco Superior (55). Coloque una Tapa Interna Cuadrada de 1 3/4” (44) en cada extremo de la barra cruzada en el Marco Superior. Coloque dos Tapas Internas Redondas de 1” (49) en la parte de arriba de la barra cruzada.

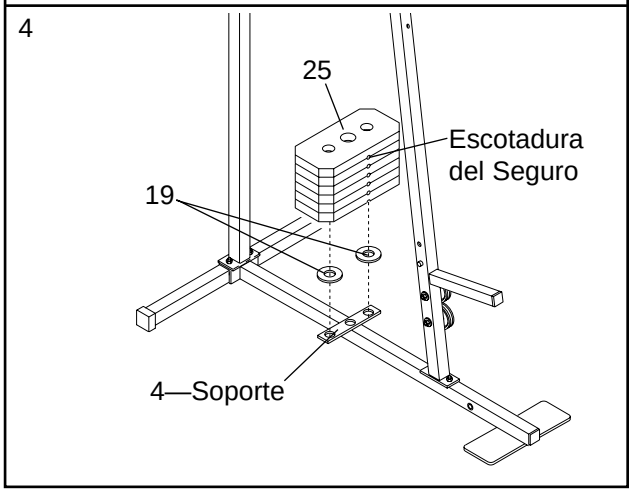
   Coloque y sujete el Marco Superior (55) al Montante Vertical Frontal (42) y al Montante Vertical Posterior (56) con cuatro Tornillos de 5/16” x 2 3/4” (11), cuatro Arandelas Planas de 5/16” (8), y cuatro Contratuercas de Nylon de 5/16” (3).

   Apriete todas las Contratuercas de Nylon usadas en los pasos del 1 al 3.



4. Ponga dos Parachoques de Pesas (19) sobre el soporte en la Base (4) como se muestra.

   Apile seis Pesas (25) sobre los Parachoques de Pesas (19). Asegúrese que todas las Pesas son vueltadas de manera que las escotaduras del seguro estén todas del mismo lado.

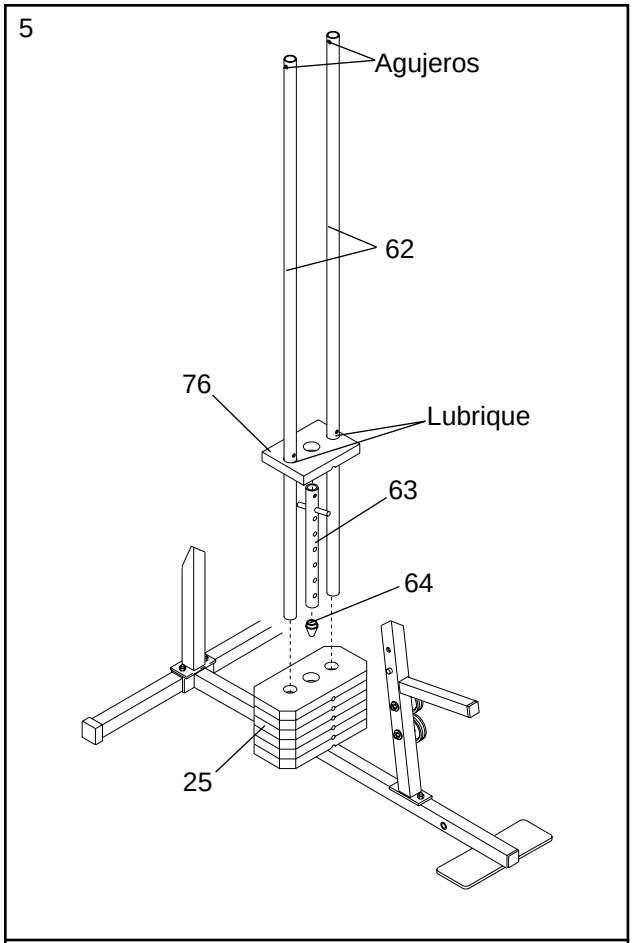


ENSAMBLADO DEL MARCO

5. Coloque el Tapa del Tubo de Pesas (64) en el extremo del Tubo de Pesas (63). Inserte el Tubo de Pesas dentro de la pila de Pesas (25). Ponga cuidado que los seguros en el Tubo de Pesas queden colocados en los surcos de seguro en la Pesa superior.

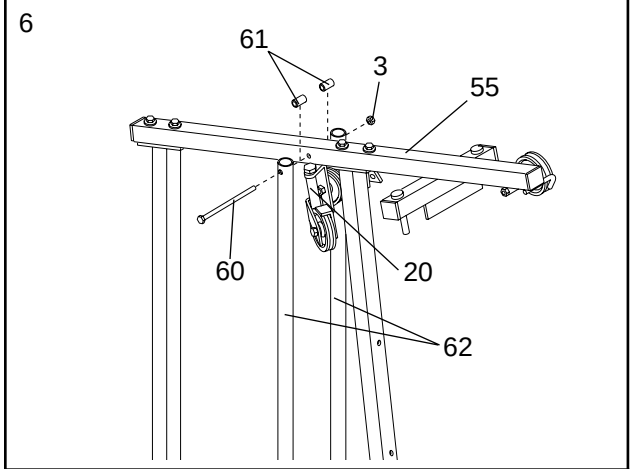
   Lubrique el interior de los agujeros de la Pesas Superior (76). Coloque la Pesas Superior en la pila de Pesas (25).

   Inserte ambas Guías de Pesas (62) en la pila de Pesas (25). **Asegúrese que los agujeros en la Guías de Pesas estén en la parte de arriba como se muestra.**



6. Fije los extremos superiores de las Guías de las Pesas (62) al Marco Superior (55) con un Tornillo de 5/16" x 6" (60), los dos Espaceador de 1/2" x 3/4" (61), y una Contratuerca de Nylon de 5/16" (3).

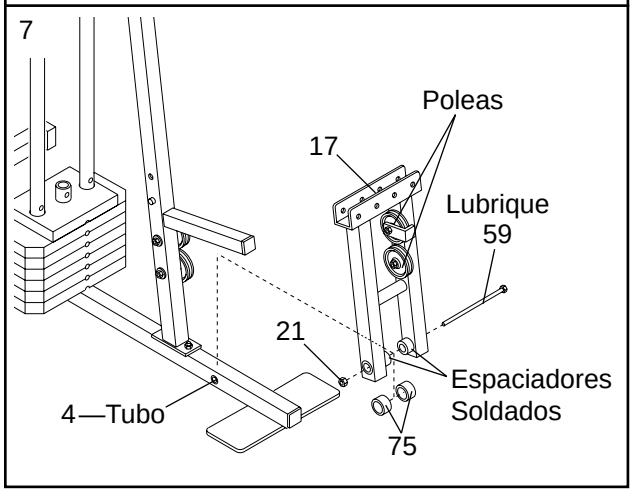
   Asegúrese que el Soporte de Polea (20) estén al frente de la Guía de Pesas (62) derecha como se muestra.



ENSAMBLADO DE BRAZOS

7. Coloque un Cojinete Plástico de 1" x 7/8" (75) dentro de cada espaciador soldado en el Marco de Prensa (17). Deslice el Marco de Prensa hasta su lugar en la Base (4). **Nota: Este deberá quedar muy ajustado. Los Cojinetes Plásticos deben quedar ajustados en cada extremo del tubo indicado en la Base. Debe asegurarse que las poleas estén en el lado indicado.**

   Lubrique el Tornillo de 3/8" x 8" (59). Coloque el Marco de Prensa en la Base (4) con el Tornillo de 3/8" x 8" y una Contratuerca de Nylon de 3/8" (21).



ENSAMBLADO DE BRAZOS

8. Coloque una Tapa Interna Cuadrada de 1 3/4” (44) dentro del tope del Brazo de Prensa (46). Coloque una Tapa Interna Redonda de 1” (49) en cada extremo del manubrio del Brazo de Prensa. Coloque el Brazo de Prensa en uno de los lados del Marco de Prensa (17) con dos Tornillos de 5/16” x 2 1/2” (22) y dos Contratuercas de Nylon de 5/16” (3).

   Ensamble el otro Brazo de Prensa (46) de la misma manera.

9. Identifique el Brazo Derecho (48) y el Brazo Izquierdo (47). Fíjese en la posición del soporte soldado en cada Brazo. **La identificación adecuada de los Brazos es muy importante para el paso 10.**

   Nota: Las Poleas en “V” (6), las Trampas del Cable Largo (50), los Tornillos de 3/8” x 2 1/2” (7) y las Contratuercas de Nylon de 3/8” (21) estén previamente armados. Estos se han mostrado desarmados para facilitar la identificación de las partes.

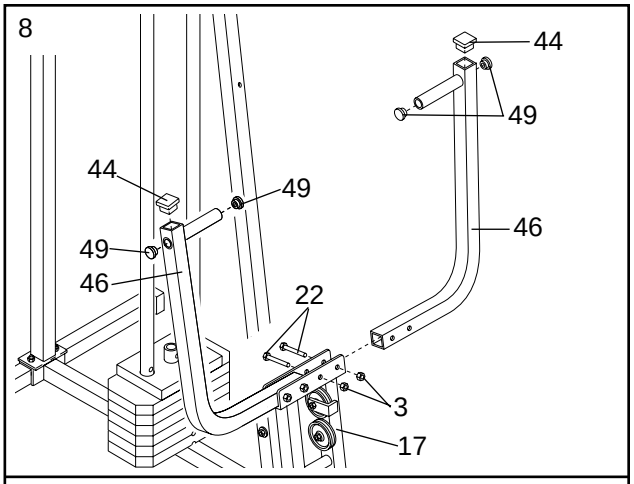
10. Lubrique los dos ejes del Marco Superior (55).

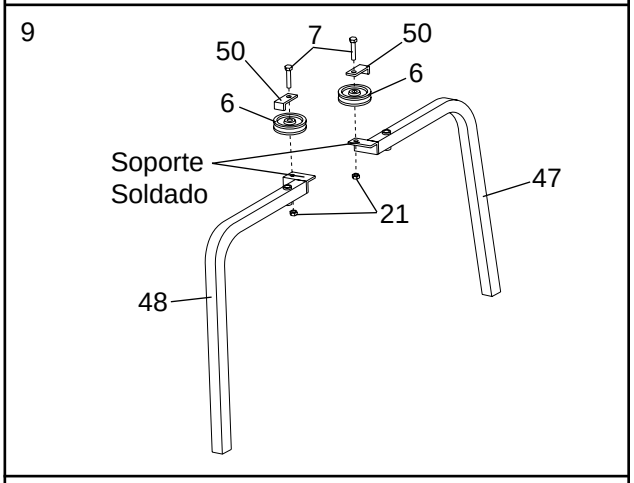
    Coloque el Brazo Derecho (48) en el eje derecho. **Nota: Tenga cuidado de no confundir el Brazo Derecho con el Brazo Izquierdo (47); refiérase al paso 9 para identificar el Brazo Derecho. Asegúrese que el extremo superior del Brazo Derecho esté detrás del soporte indicado en el Marco Superior (55).**

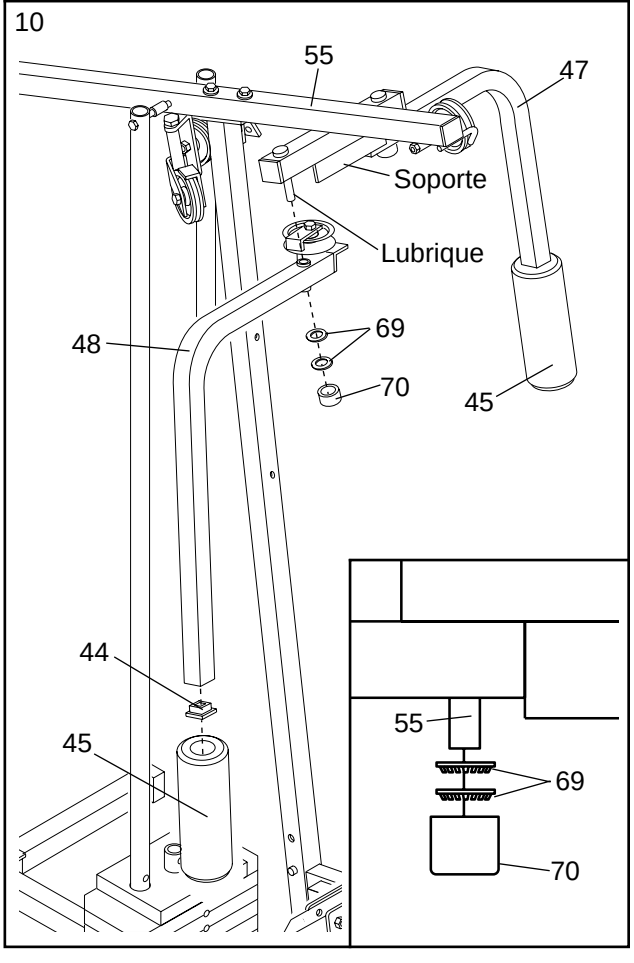
    Introduzca dos Retenedores de 1” (69) y una Tapa de Cubierta Redonda de 1” (70) en el eje derecho. **Asegúrese que los dientes del Retenedor deben quedar para el lado de la Tapa de Cubierta redonda, como se muestra en el dibujo.**

    Coloque el Brazo Izquierdo (47) de la misma manera.

    Coloque Tapas Internas Cuadradas de 1 3/4” (44) en los extremos inferiores de los Brazos Izquierdo y Derecho (47, 48). Humedezca el extremo inferior de cada brazo con agua jabonosa. Coloque un Almohadilla de 10” (45) en el extremo inferior de cada Brazo.







ENSAMBLADO DE LOS CABLES

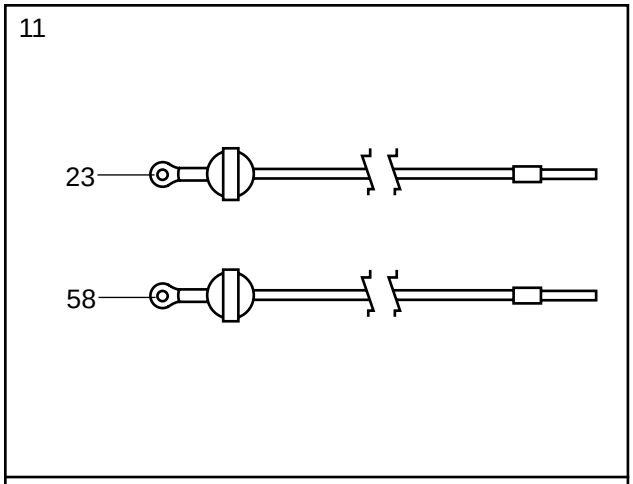
11. Durante los pasos del 11 al 25, consulte al DIAGRAMA DE CABLES en la página 21 de este manual para verificar la ruta adecuada de los cables. Antes de empezar esta sección, identifique el Cable Largo (23) y el Cable Corto (58) comparando la longitud y los extremos de los cables.

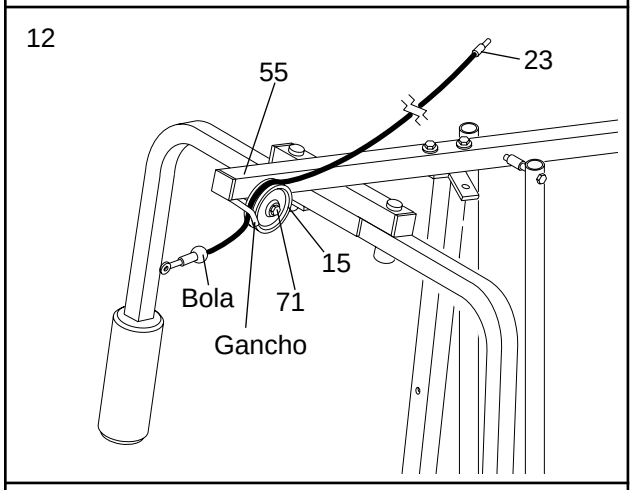
    IMPORTANTE: Mientras ensamble los cables, no apriete demasiado los tornillos y las tuercas que aseguran las poleas. Las Poleas deben poder girar libremente.

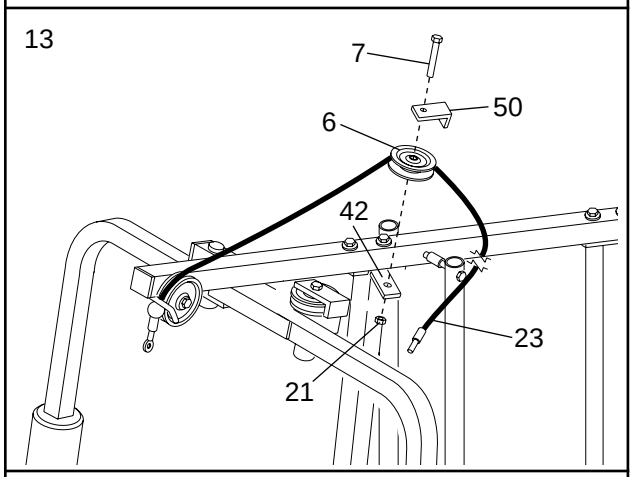
12. **Localice el Cable Largo (23).** Dirija el Cable Largo alrededor de la Polea de 3 1/2" (15) indicada, colocada en el Marco Superior (55). **Asegúrese que el extremo del Cable con la bola, esté en el lado indicado de la Polea y que el Cable quede entre la Polea y el gancho.** Apriete el Tornillo de 3/8" x 3 3/4" (71) y la Contratuerca de Nylon de 3/8" (no mostrada).

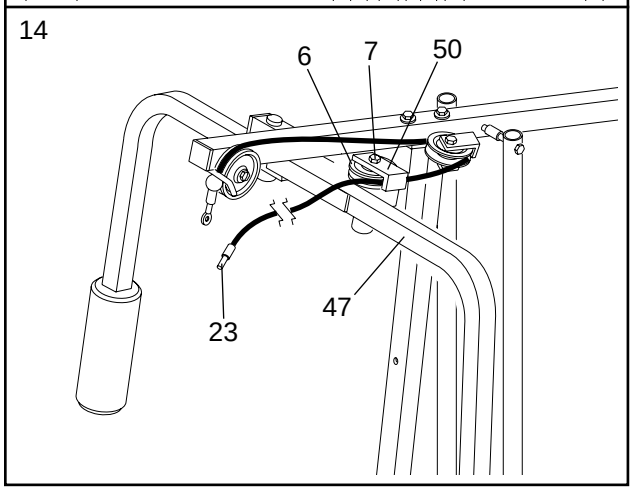
13. Enrolle el Cable Largo (23) alrededor de la Polea en "V" (6). Fije la Polea en "V" y la Trampa del Cable Largo (50) al soporte indicado en el Montante Vertical Frontal (42) con un Tornillo de 3/8" x 2 1/2" (7) y una Contratuerca de Nylon de 3/8" (21). **Asegúrese que la Trampa del Cable Largo esté colocada de manera que mantenga el Cable en su lugar.**

14. Dirija el Cable Largo (23) alrededor de la Polea en "V" (6) en el Brazo Izquierdo (47). **Asegúrese que el Cable esté en el canal de la Polea y que la Trampa del Cable Largo (50) esté colocada de manera que mantenga el Cable en su lugar**. Apriete el Tornillo de 3/8" x 2 1/2" (7) y la Contratuerca de Nylon 3/8" (no mostrada).









15. Dirija el Cable Largo (23) alrededor de la Polea en “V” (6) en el Brazo Derecho (48). **Asegúrese que el Cable esté en el canal de la Polea en “V” y que la Trampa del Cable Largo (50) esté volteada de manera que mantenga el Cable en su lugar.** Apriete el Tornillo de 3/8” x 2 1/2” (7) y la Contratuerca de Nylon 3/8” (no mostrada).

16. Dirija el Cable Largo (23) alrededor de la Polea de 3 1/2” (15) colocada en el Soporte de Polea (20). **Asegúrese que el Cable esté en el canal de la Polea y que la Trampa del Cable (66) esté colocada de manera que mantenga el Cable en su lugar.** Apriete el Tornillo de 3/8” x 2” (12) y la Contratuerca de Nylon 3/8” (no mostrada).

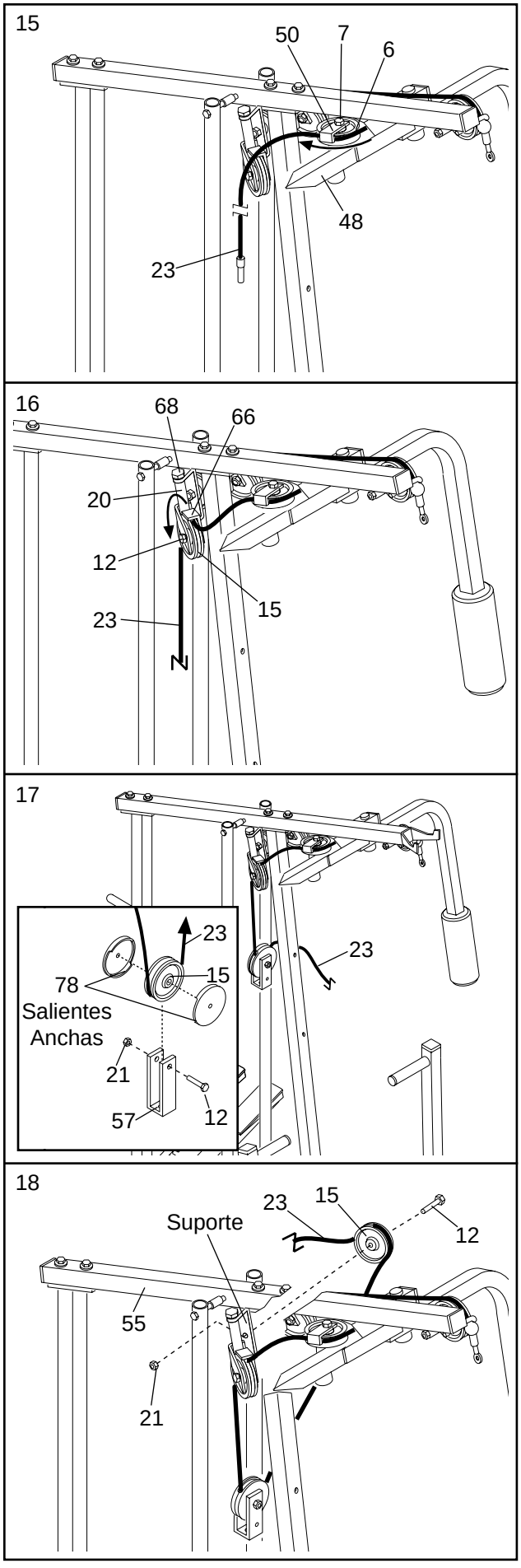
    Asegúrese que el Tornillo de 5/16” x 5” (68) esté suficientemente apretado y que el Soporte de Polea (20) pueda moverse libremente.

17. Vea el dibujo del recuadro. Si la Polea de 3 1/2” (15) está enganchada al Soporte en “U” Largo (57), remuevala. Dirija el Cable Largo (23) alrededor de la Polea de 3 1/2" (12). Junte la Polea y dos Cubiertas de Polea (78) en el agujero indicado en el Soporte en “U” Largo con un Tornillo de 3/8” x 2” y una Contratuerca de Nylon de 3/8” (21). **Asegúrese que las Cubiertas de Polea estén volteadas de tal manera que las partes salientes anchas estén del lado indicado.**

    Asegúrese que el Cable esté en la ranura de la Polea y que el Cable y la Polea se muevan fácilmente.

18. **Nota: La Polea (15) en este dibujo está ensamblada previamente. Para facilitar la identificación de las piezas se muestra sin ensamblar.**

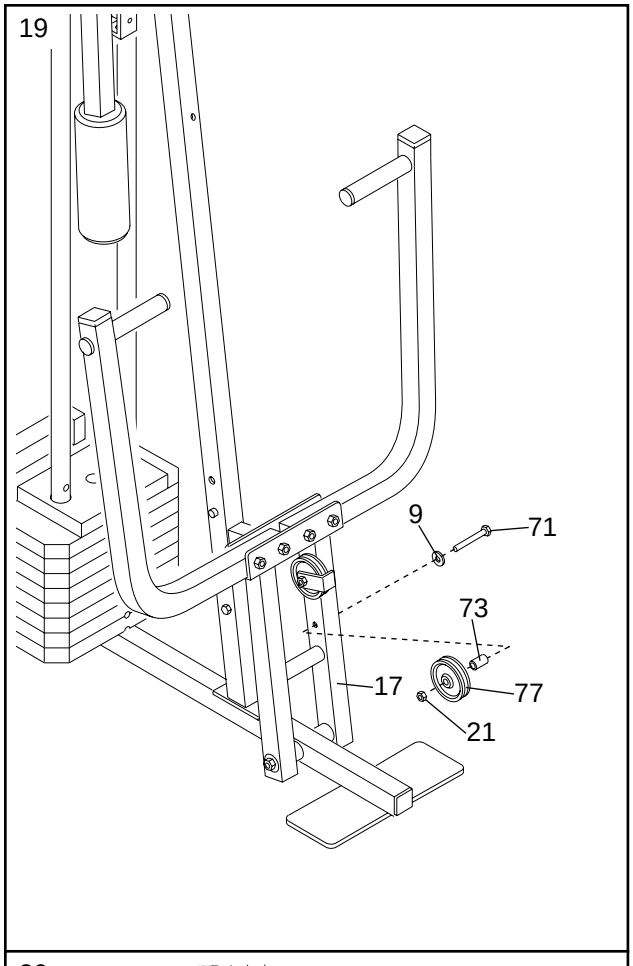
    Dirija el Cable Largo (23) alrededor de la Polea de 3 1/2” (15) colocada en el soporte sobre el Marco Superior (55). Apriete el Tornillo de 3/8” x 2” (12) y la Contratuerca de Nylon de 3/8” (21). **Asegúrese que el Cable esté en el canal de la Polea y que el Cable y la Polea se muevan fácilmente.**



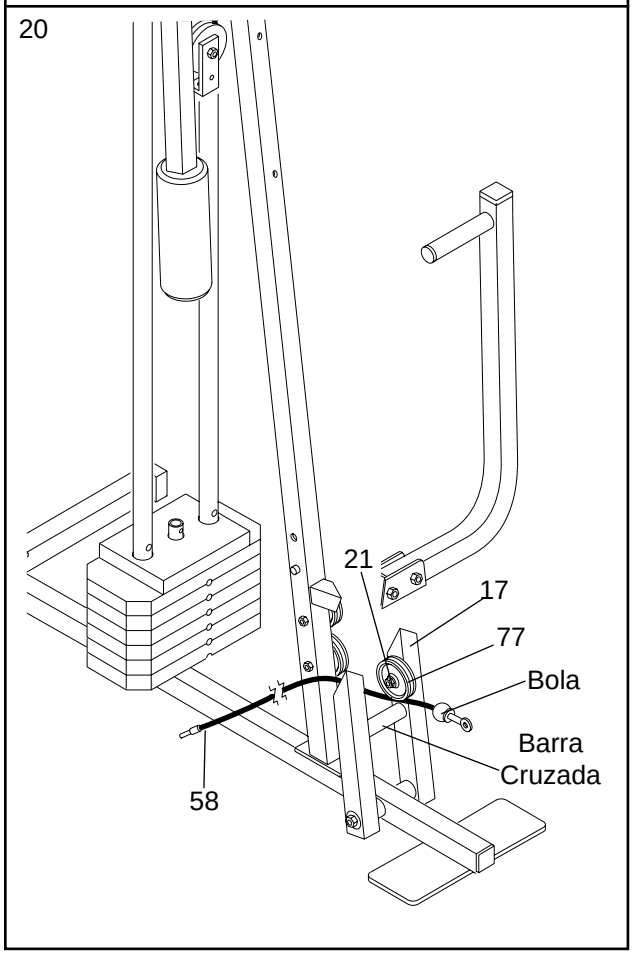
19. **Nota: El paso de ensamblado muestra como completar el ensamblado de varias partes armadas previamente.**

    Quite la Contratuerca de Nylon de 3/8” (21), el Espaciador (73), y la Polea Inferiore de 3 1/2” (77) del Tornillo de 3/8” x 3 3/4” (71). **No quite el Tornillo. El Tornillo se muestra separado para identificarlo mejor.**

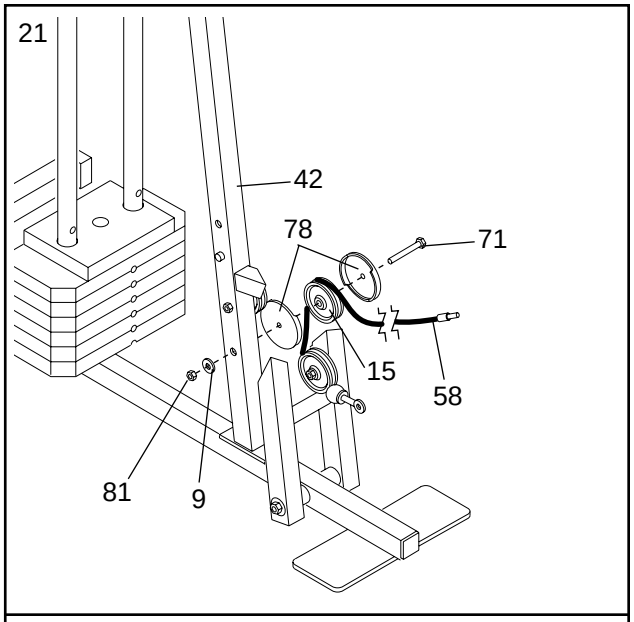
    Vuelva a colocar la Polea Inferiore de 3 1/2” (77) con el Espaciador de 5/8” x 9/16” (73) entre la Polea y el Marco de Prensa (17). **Apriete con la mano la Contratuerca de Nylon de 3/8” (21). Asegúrese que el Tornillo de 3/8” x 3 3/4” (71), la Arandela Plana de 3/8” (9), el Espaciador de 5/8” x 9/16” (73), la Polea Inferiore de 3 1/2” (77), y la Contratuerca de Nylon de 3/8” (21) estén orientados como se muestra.**



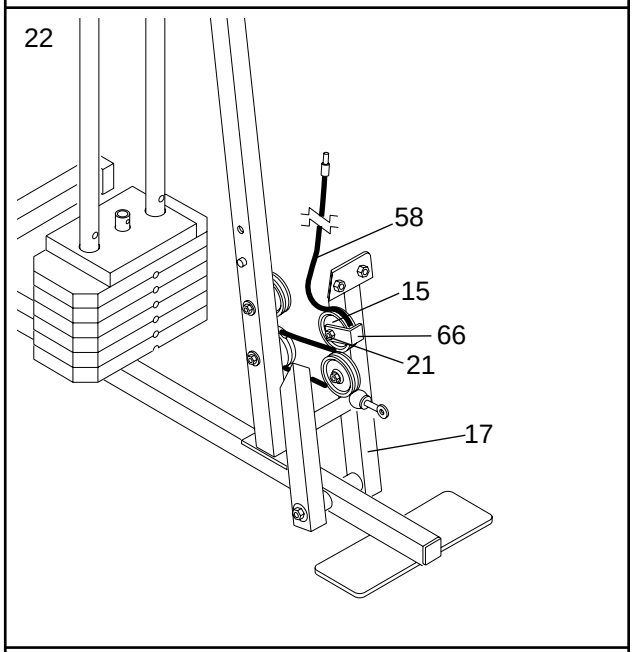
20. **Localice el Cable Corto (58).** Dirija el Cable Corto (58) por debajo de la Polea Inferiore de 3 1/2” (77) colocada en el agujero inferior en el Marco de Prensa (17). **Asegúrese que el extremo del Cable con la bola estén el lado indicado del Marco de Prensa y que el Cable quede entre la Polea y la barra cruzada en el Marco de Prensa.** Apriete la Contratuerca de Nylon de 3/8” (21) y el Tornillo de 3/8” x 3 3/4” (no mostrado).



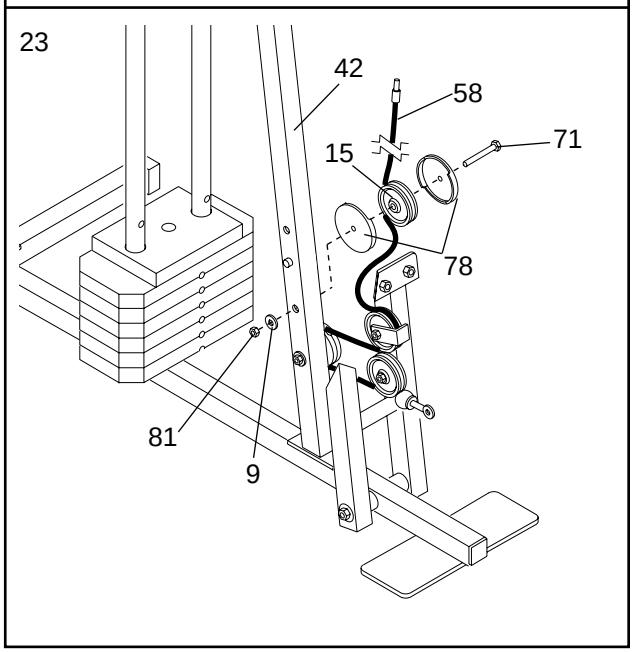
21. Si la Polea de 3 1/2” (15) indicada está enganchada al Montante Vertical Delantero (42), remuevala. Dirija el Cable Corto (58) alrededor de la Polea. Enganche la Polea y las dos Cubiertas de Poleas (78) al agujero más bajo en el Montante Vertical Delantero (42) con una Tuerca Fija de 3/8” (81), La Arandela Plana de 3/8” (9) y el Tornillo de 3/8" x 3 3/4" (71).



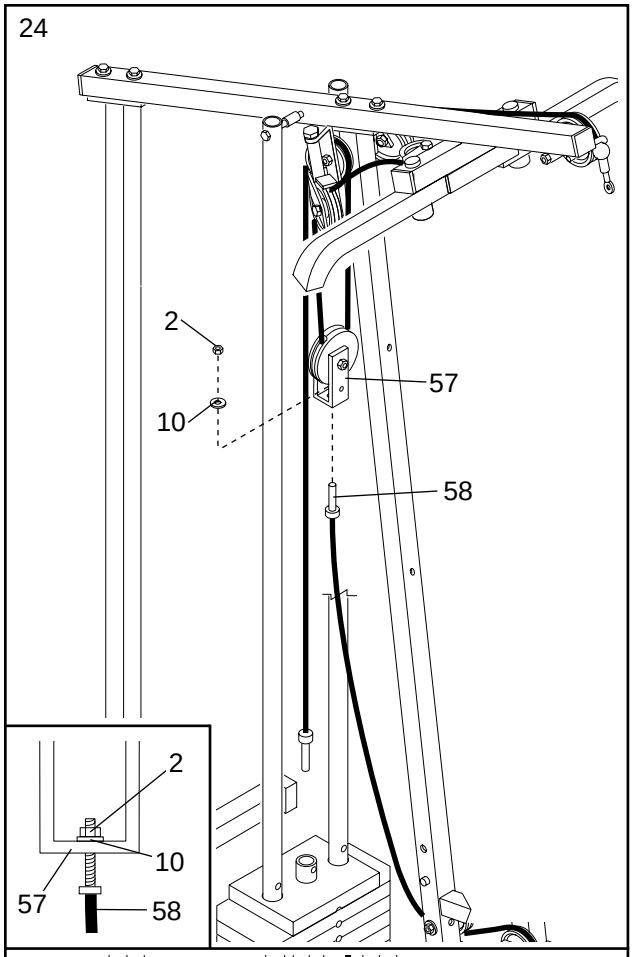
22. Dirija el Cable Corto (58) alrededor de la Polea de 3 1/2” (15) colocada en el agujero superior en el Marco de Prensa (17). **Asegúrese que la Trampa del Cable (66) esté colocada para mantener el Cable en su lugar y que el Cable pase alrededor de la Polea como se muestra.** Apriete la Contratuerca de Nylon de 3/8” (21) y el Tornillo de 3/8” x 3 1/2” (no mostrado).



23. Si la Polea de 3 1/2" (15) indicada está enganchada al Montante Vertical Delantero (42), remuevala. Dirija el Cable Corto (58) alrededor de la Polea de 3 1/2" (15). Enganche la Polea y las dos Cubiertas de Poleas (78) al agujero más alto en el Montante Vertical Delantero (42) con una Tuerca Fija de 3/8” (81), la Arandela Plana de 3/8" (9) y el Tornillo de 3/8” x 3 3/4” (71).

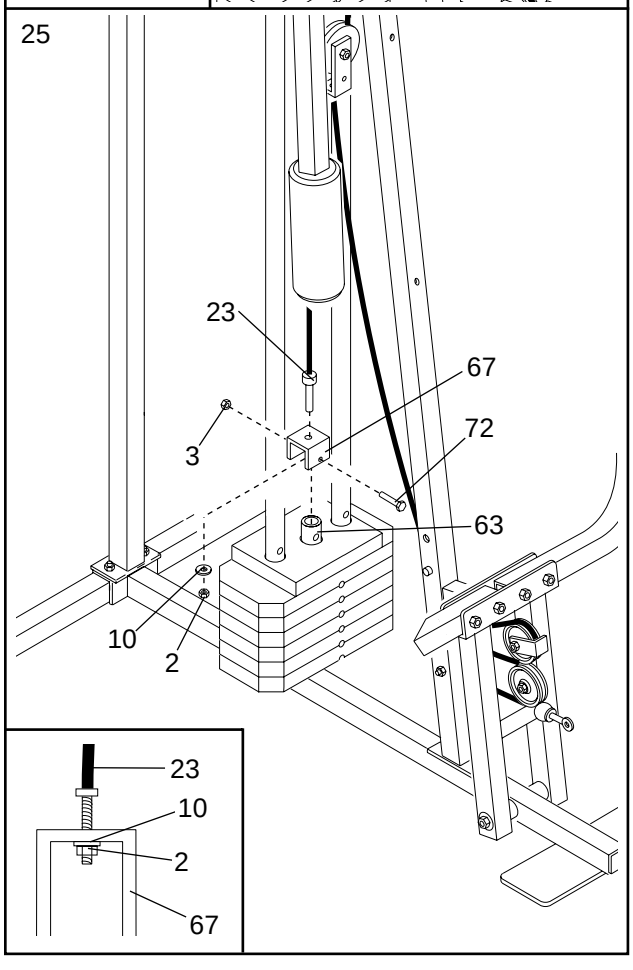


24. Fije el extremo del Cable Corto (58) al Soporte en “U” Largo (57) con una Contratuerca de Nylon de 1/4” (2) y una Arandela Plana de 1/4” (10). **No apriete completamente la Contratuerca de Nylon. Esta debe ser enroscada solamente un par de vueltas en el extremo del cable como se muestra en el dibujo del recuadro.**

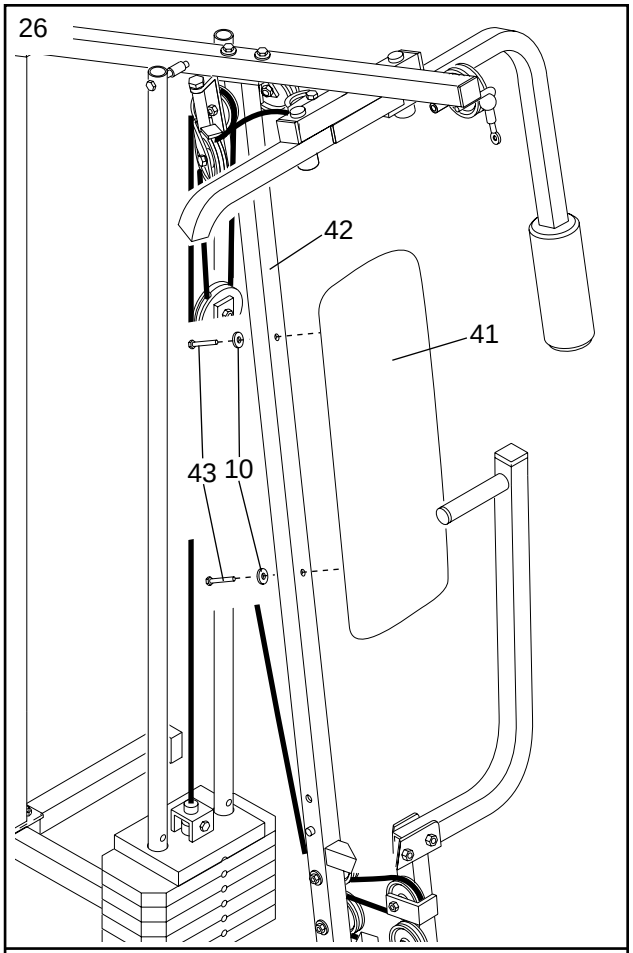


25. Fije el Cable Largo (23) en el Soporte en “U” Corto (67) con una Contratuerca de Nylon de 1/4” (2) y una Arandela Plana de 1/4” (10). **No apriete completamente la Contratuerca de Nylon. Esta debe ser enroscada solamente un par de vueltas en el extremo del cable como se muestra en el dibujo del recuadro.**

    Fije el Soporte en “U” Corto (67) al Tubo de Pesas (63) con un Tornillo de 5/16” x 1 3/4” (72) y una Contratuerca de 5/16” (3).



26. Fije el Respaldo (41) al Montante Vertical Frontal (42) con dos Tornillos de 1/4” x 2 1/2” (43) y dos Arandelas Planas de 1/4” (10).

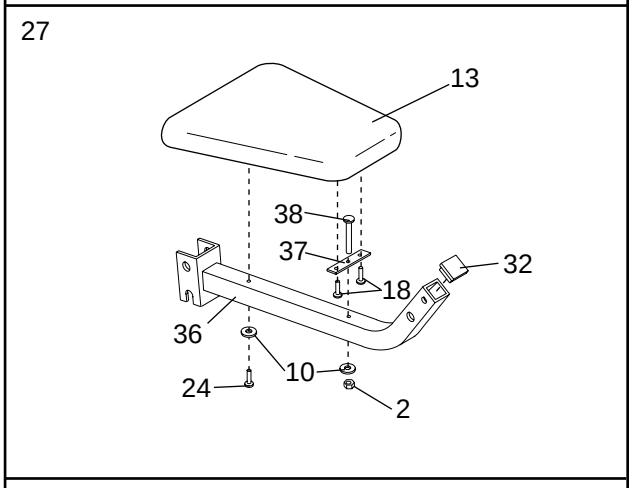


27. Coloque una Tapa Interna Cuadrada de 1 1/2” (32) en el Marco del Asiento (36).

    Inserte el Tornillo de Porte de 1/4” x 2” (38) a través del agujero central en la Placa del Asiento (37). Fije la Placa del Asiento al Asiento (13) con dos Tornillos de 1/4” x 1/2” (18).

    Inserte el Tornillo de Porte de 1/4” x 2” (38) a través del agujero indicado en el Marco del Asiento (36). Apriete una Contratuerca de Nylon de 1/4” (2) con una Arandela Plana de 1/4” (10) en el Tornillo de Porte.

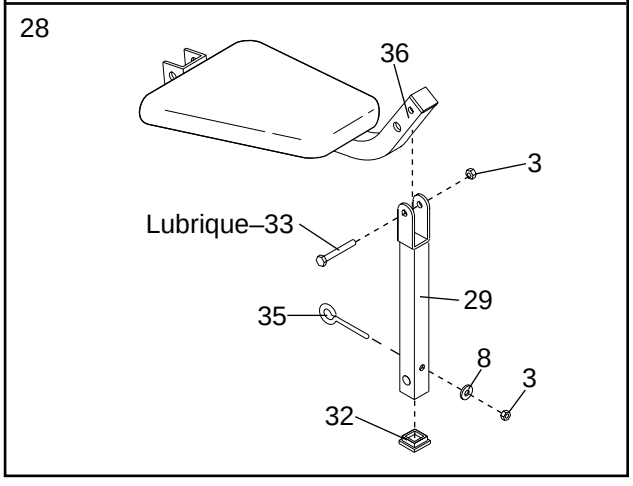
    Fije el otro extremo del Asiento (13) al Marco del Asiento (36) con una Arandela Plana de 1/4” (10) y el Tornillo de 1/4” x 2” (24).



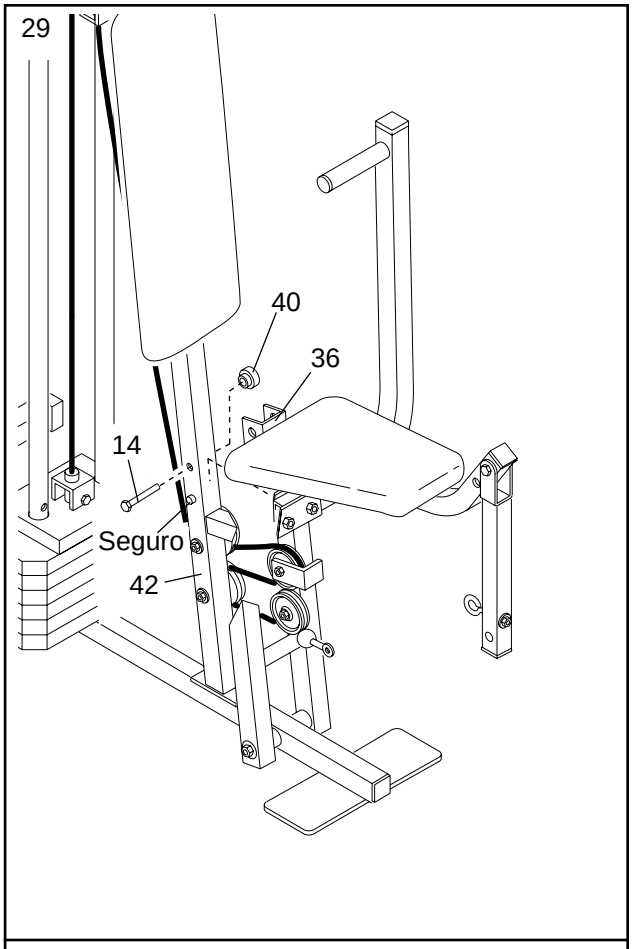
28. Presione una Tapa Interna Cuadrada de 1 1/2” (32) dentro de la Palanca de Piernas (29).

    Lubrique un Tornillo de 5/16” x 2 1/4” (33). Fije la Palanca de Piernas (29) al Marco del Asiento (36) con el Tornillo de 5/16” x 2 1/4” y una Contratuerca de Nylon de 5/16” (3). **Apriete con la mano la Contratuerca de Nylon. Asegúrese que la Palanca de Piernas se mueva fácilmente.**

    Inserte el Perno de Ojo de 5/16” x 2” (35) a través de la Palanca de Piernas (29) en la dirección mostrada. Apriete el Perno de Ojo con una Contratuerca de Nylon de 5/16” (3) y una Arandela Plana de 5/16” (8).



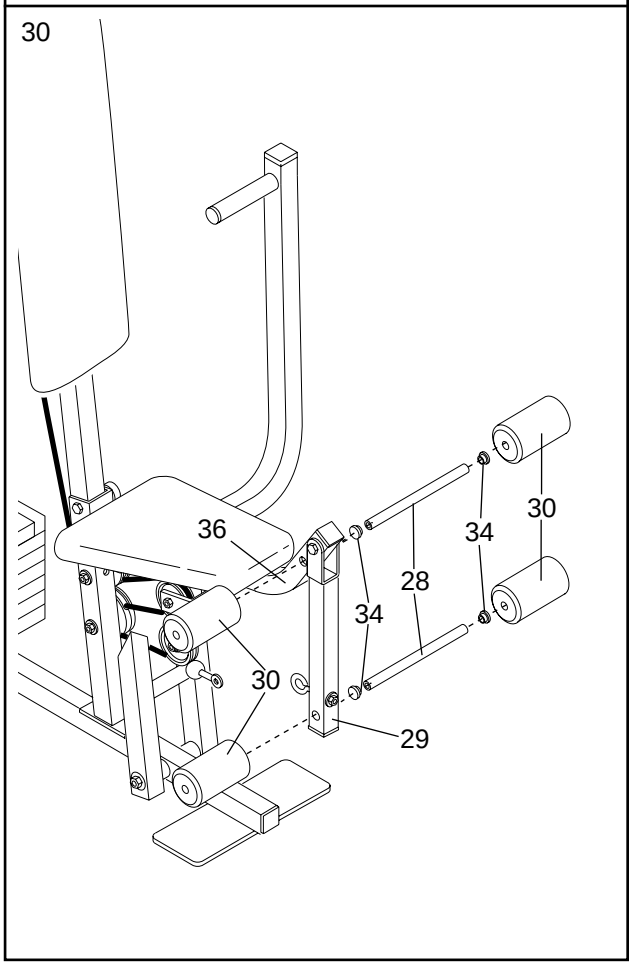
29. Descanse el Marco del Asiento (36) en el seguro indicado del Montante Vertical Frontal (42). Fije el Marco del Asiento al Montante Vertical Frontal con un Tornillo de Porte de 5/16” x 2 3/4” (14) y la Perilla del Asiento (40).



30. Coloque Tapas Internas Redondas de 3/4” (34) en los extremos de los Tubos de Almohadilla de 12 1/2” (28).

    Introduzca el Tubo de Almohadilla de 12 1/2” (28) en el Marco del Asiento (36). Deslice una Almohadilla de 5 1/2” (30) en cada extremo del Tubo de Almohadilla.

    Introduzca el Tubo de Almohadilla de 13 1/2” (28) en la Palanca de Piernas (29). Deslice una Almohadilla de 5 1/2” (30) en cada extremo del Tubo de Almohadilla.



31. Asegúrese de que todas las partes estén ajustados apropiadamente. El uso de todas las partes restantes se explicará en la sección de AJUSTE, que se inicia en la página 17 de este manual del usuario.

    Antes de usar el home gym system, jale cada cable algunas veces para asegurarse que los cables se mueven suavemente sobre las poleas. Si alguno de los cables no se mueve suavemente, encuentre y corrija el problema. **IMPORTANTE: Si los cables no están instalados adecuadamente, pueden dañarse cuando sea usado un gran peso. Ver DIAGRAMA DE CABLES en el página 21 de este manual para la apropiada colocación de los cables. Si hay cualquier aflojamiento en los cables, necesitará quitarlos para ajustarlos. Ver MANTENIMIENTO Y PROBLEMAS en la página 20.**

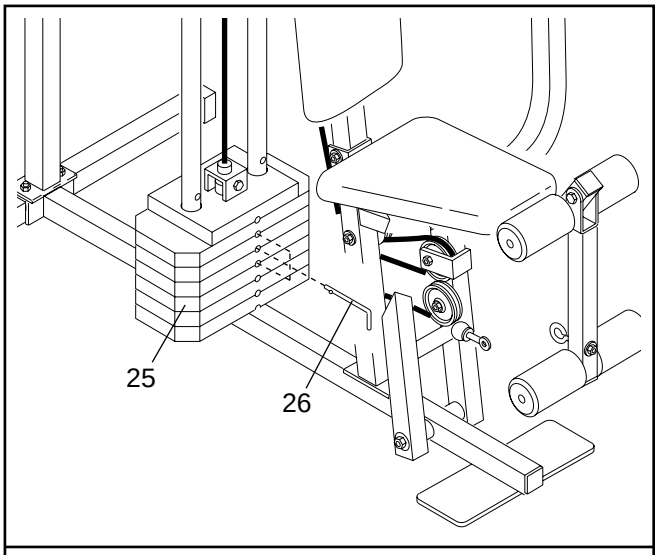
AJUSTE

Las instrucciones de abajo describen cómo cada una de las partes del home gym system, pueden ser ajustadas. **IMPORTANTE: Cuando coloque la barra horizontal o el tirante de nylon, asegúrese de que éstos estén fijados en la posición correcta para el ejercicio que se va a llevar a cabo. Si el cable o la cadena están flojos cuando algún ejercicio esté llevándose a cabo, la efectividad del ejercicio será reducida.**

COMO CAMBIAR EL AJUSTE DE PESAS

Para cambiar el ajuste del peso de la pila de pesas, coloque el Pasador de Pesas (26) bajo la Pesa (25) deseada. Inserte el Pasador de Pesas hasta que el extremo doblado del Pasador de Pesas esté tocando las Pesas y el extremo doblado quede para abajo. El ajuste del peso del juego de pesas puede ser cambiado de 6,5 libras a 81,5 libras en incrementos de 12,5 libras. **Nota: Debido a la diferencia de los Cables y las Poleas, la resistencia real en cada estación de ejercicios puede variar con el peso seleccionado. Refiérase a la TABLA DE RESISTENCIA DE PESAS en la página 19 para encontrar la cantidad real de resistencia en cada estación.**

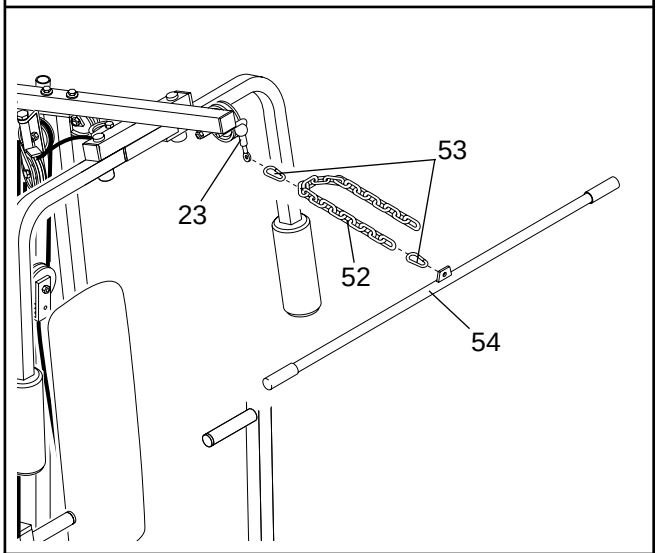
Nota: 1 kg = 2,2 libres



COLOCACIÓN LA BARRA HORIZONTAL O EL TIRANTE DE NYLON PARA LA ESTACIÓN DE LA POLEA ALTA

Sujete la Barra Horizontal (54) al Cable Largo (23) con un Clip de Cable (53). Para algunos ejercicios, la Cadena (52) debe colocarse entre la Barra Horizontal y el Cable Largo con dos Clips de Cable. **Ajuste el largo de la Cadena entre la Barra Horizontal y el Cable Largo para que la Barra Horizontal se encuentre en la posición correcta para el ejercicio que se va a realizar.**

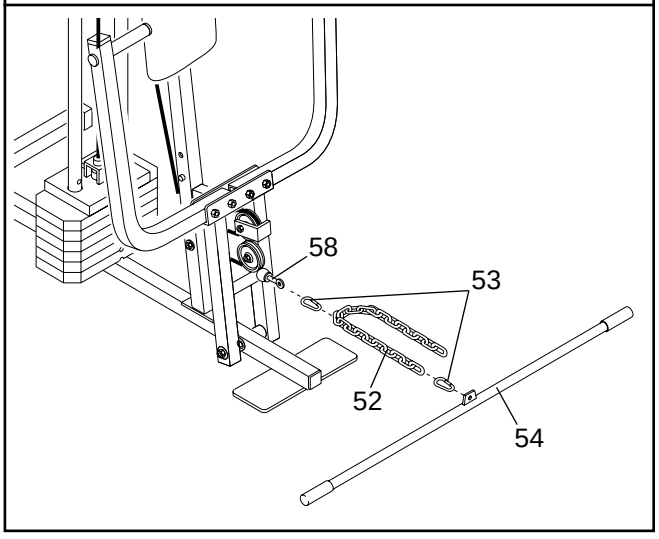
El Tirante de Nylon (39) (no mostrado) puede ser colocado de la misma manera.



COLOCACION DE LA BARRA HORIZONTAL O EL TIRANTE DE NYLON PARA LA ESTACION DE POLEA BAJA

Sujete la Barra Horizontal (54) al Cable Corto (58) con un Clip de Cable (53). Para algunos ejercicios, la Cadena (52) debe colocarse entre la Barra Horizontal y el Cable Largo con dos Clips de Cable. **Ajuste el largo de la Cadena entre la Barra Horizontal y el Cable Corto para que la Barra Horizontal se encuentre el la posición correcta para el ejercicio que se va a realizar.**

El Tirante de Nylon (39) (no mostrado) puede ser colocado de la misma manera.



COMO PONER Y REMOVER EL ASIENTO

Ponga el soporte del Marco del Asiento (36) en los seguros indicados del Montante Vertical Frontal (42). Fije el Marco del Asiento al Montante Vertical Frontal con un Tornillo de Porte de 5/16” x 2 3/4” (14) y la Perilla del Asiento (40).

Para algunos ejercicios, el Asiento (13) debe ser retirado. Primero, asegúrese que la Cadena no esté colocada en la Palanca de Piernas. Enseguida, retire la Perilla de Asiento (40) y el Tornillo de Porte de 5/16” x 2 3/4” (14) del Marco del Asiento (36). Quite el Marco del Asiento del Montante Vertical Frontal (42).

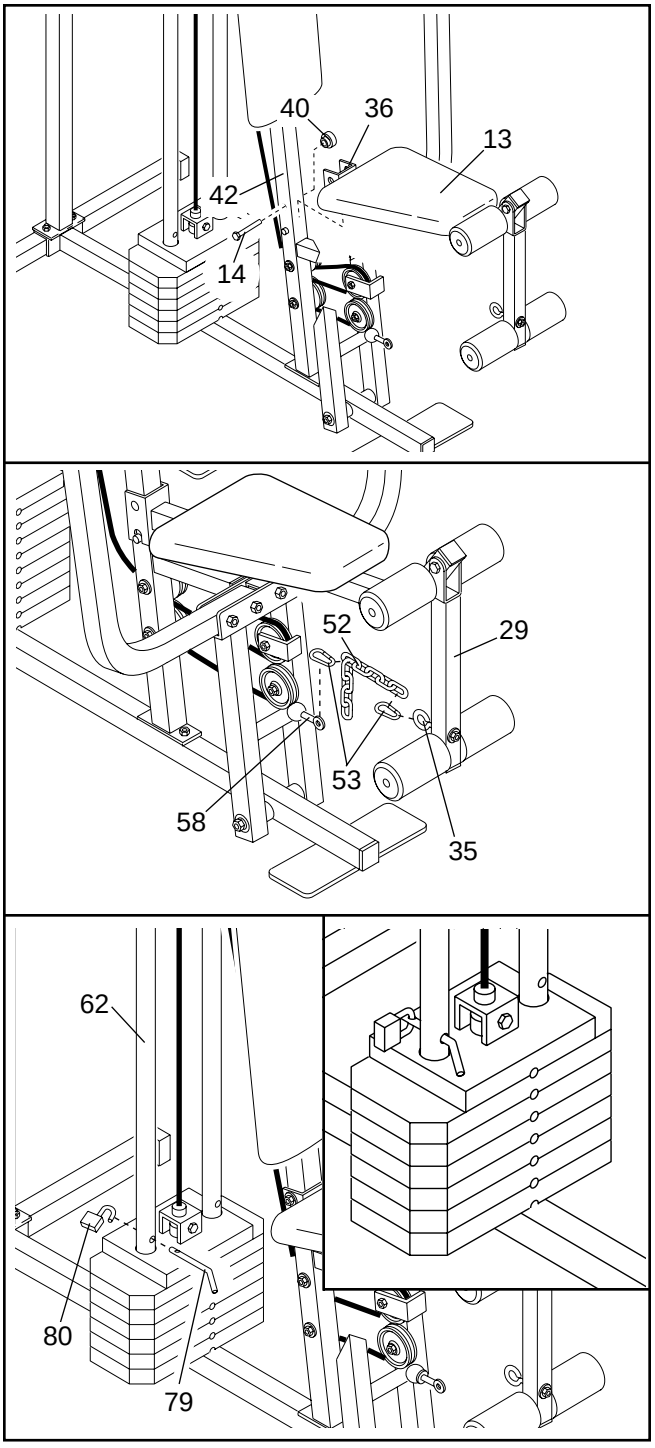
COMO SUJETAR LA PALANCA DE PIERNAS A LA ESTACION DE POLEA INFERIOR

Para usar la Palanca de Piernas (29), el asiento debe estar colocado al montante vertical frontal (vea COMO FIJAR Y REMOVER EL ASIENTO, arriba).

Coloque uno de los extremos de la Cadena (52) al Cable Corto (58) con un Clip de Cable (53). Coloque el otro extremo de la Cadena al Perno de Ojo (35) con un Clip de Cable.

ASEGURANDO EL CONJUNTO DE PESAS

Cuando el home gym system no se esté usando, el Pino del Seguro (79) y el Seguro (80) se deben colocar. Inserte el Pino del Seguro através una Guía de Pesas (62). Enganche el Seguro al Pino del Seguro.



CUADRO DE RESISTENCIA DE PESO

En esta representación gráfica se muestra la resistencia del peso en cada estación. “Pesa Superior” se refiere a las 6,5 libras de la pesa superior. Los otros números se refieren a las pesas de 12,5 libras. La resistencia del brazo de mariposa que está enlistada es la resistencia de cada brazo de mariposa.

PESAS	BRAZO DE PRENSA (libre)	BRAZO DE MARIPOSA (libre)	PALANCA DE PIERNAS (libre)	POLEA ALTA (libre)	POLEA BAJA (libre)
Superior	20	10	15	14	24
1	45	22	35	28	54
2	70	33	54	44	82
3	99	42	75	60	115
4	128	48	96	72	147
5	153	60	115	90	175
6	184	69	137	103	209

Nota: 1 kg = 2,2 libres

La resistencia en cada estación de pesas puede variar debido a diferencias en las pesas individuales, tal como fricción entre los cables, poleas, y guías de pesas.

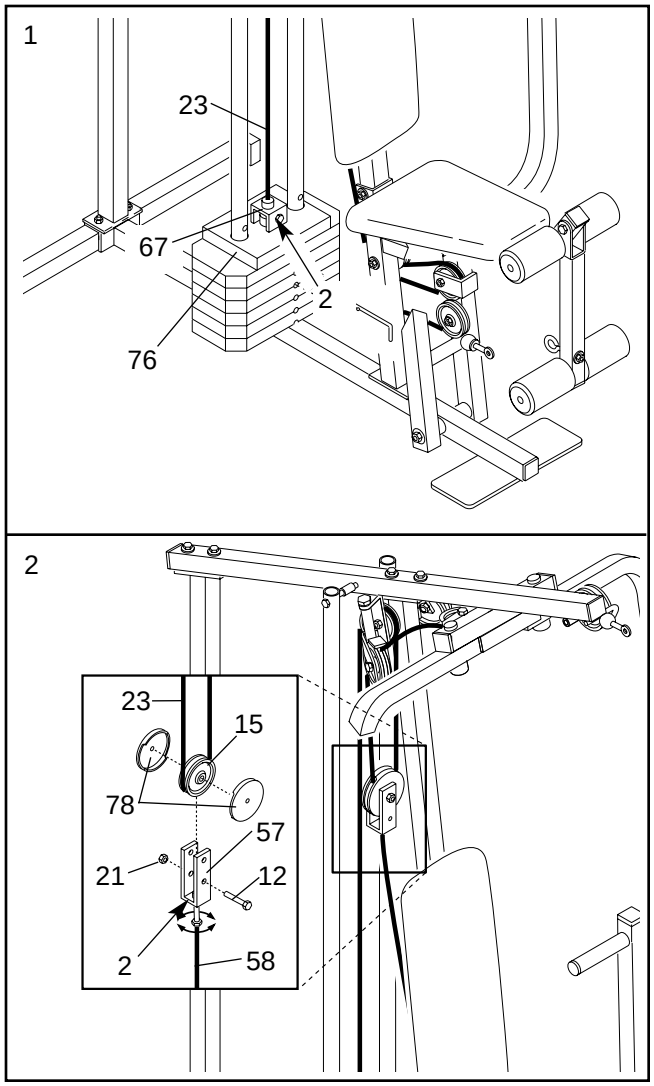
MANTENIMIENTO Y PROBLEMAS

Inspeccione y apriete todas las partes cada vez que vaya a usar el home gym system. Reemplace inmediatamente todas las partes desgastadas. Las superficies exteriores del home gym system se pueden limpiar usando un trapo húmedo y detergente suave no-abrasivo. No usar solventes.

AJUSTAR LOS CABLES

El cable entretejido, que es el tipo de cable usado en el home gym system, puede alargarse ligeramente la primera vez que se usa. Si se aflojara a causa de este estiramiento, antes de sentir resistencia, entonces los cables deberán ser apretados. El aflojamiento de los cables puede corregirse apretando las Contratuercas de Nylon de 1/4" (2) en el extremo del Cable Largo (23) (vea el dibujo 1) y en el extremo del Cable Corto (58) (vea el dibujo 2). Para hacer esto, puede quitar el Soporte en "U" Corto (67) del Tubo de Pesas (no mostrado), o remover la Polea de 3 1/2" (15) del Soporte en "U" Largo (57). Asegúrese que los cables no estén muy tensos o la Pesa Superior (76) de arriba se elevará de la pila de pesas.

Un aflojamiento adicional puede ser corregido cambiando la Polea de 3 1/2" (15) al otro agujero en el Soporte en "U" Largo (57). Quite la Contratuerca de Nylon de 3/8" (21) y el Tornillo de 3/8" x 2" (12) de las Cubiertas de Poleas (78), la Polea y el Soporte en "U". Vuelva a colocar la Polea y las Cubiertas de Poleas. Asegúrese que el Cable y la Polea se muevan suavemente.

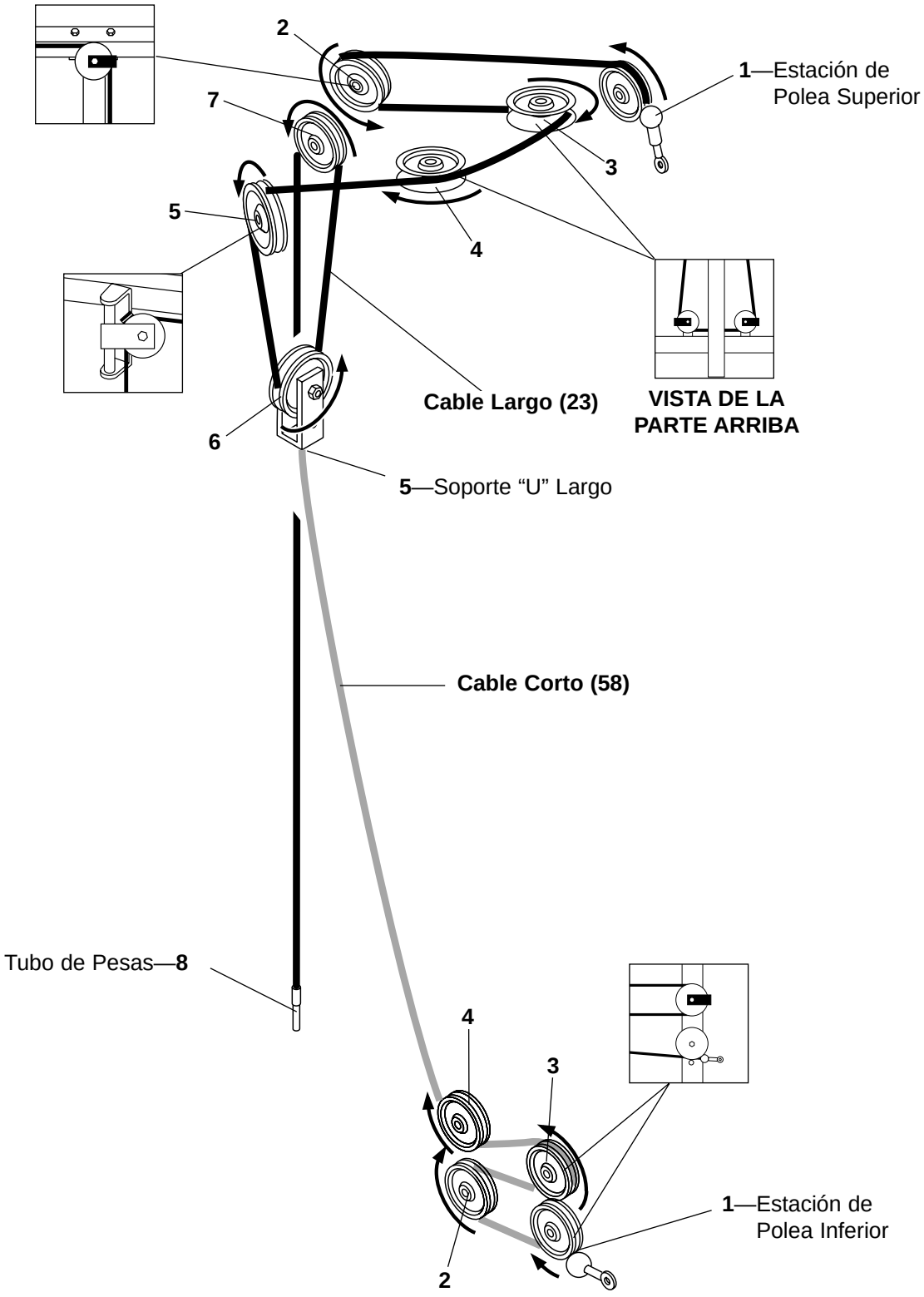


Nota: Inspeccione los cables cada vez que use el weight system. Si el cable tiende a salirse de las poleas frecuentemente, el cable puede haberse torcido. Quite el cable y vuélvalo a instalar.

Si el cable necesita ser reemplazado, vea ORDENAR PARTES DE REPUESTO en la contraportada de este manual. **Reemplace todos los cables cada dos años.**

DIAGRAMA DE CABLES

Abajo, el diagrama de cables muestra la manera apropiada de colocar el Cable Corto (58) y el Cable Largo (23). Use el diagrama para estar seguro que los dos cables han sido colocados correctamente. Si los cables no han sido correctamente colocados, el home gym system no funcionará apropiadamente y podría dañarse. Cada cable está etiquetado al principio y al final. Los números muestran la ruta correcta para cada cable. **Asegúrese de que los trampas de cable no toquen o junten los cables.**



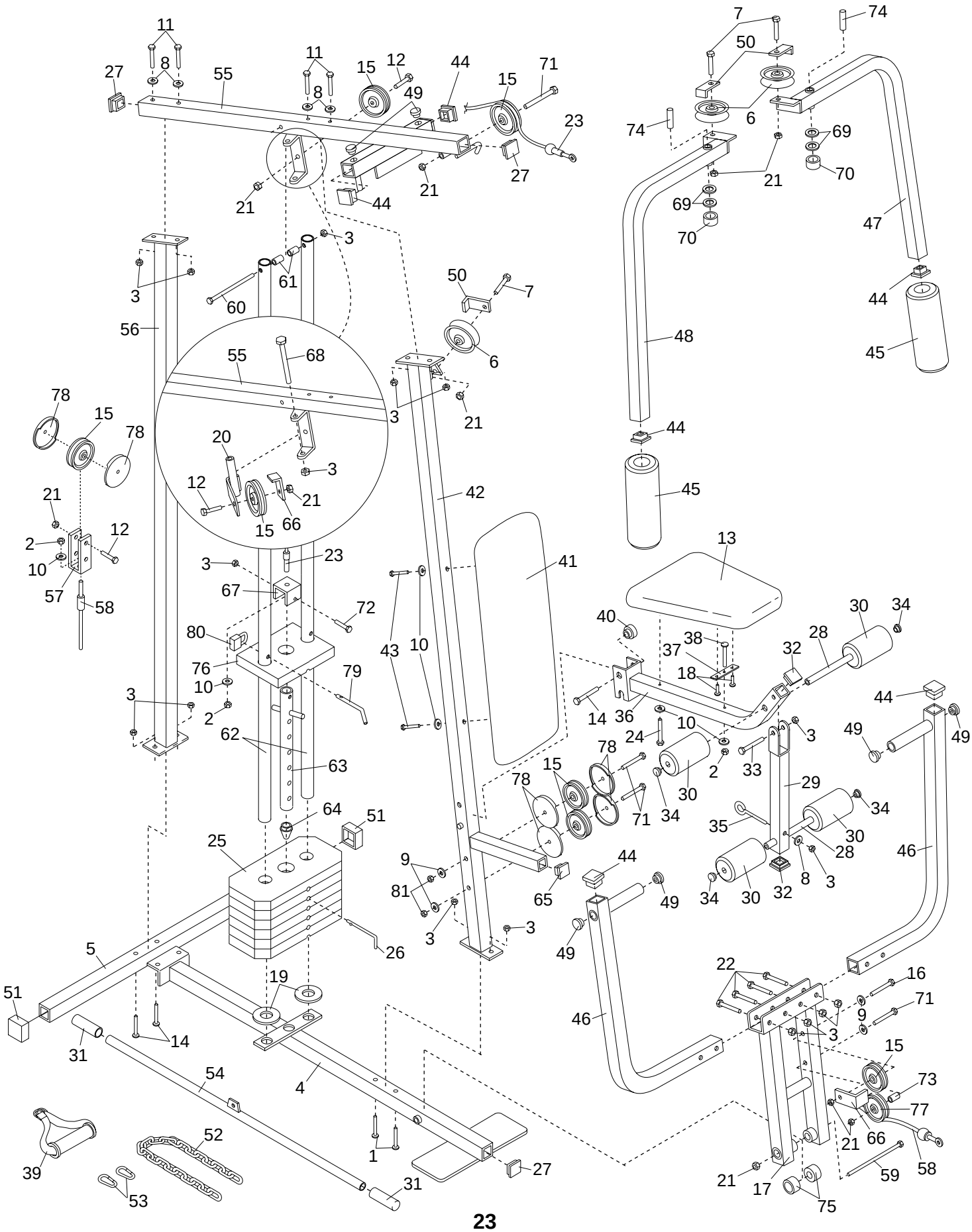
LISTA DE PARTES—Núm. de Modelo WESY87100

R1297A

Núm. Clave	Cant.	Descripción
1	2	Tornillo de Porte de 5/16” x 2 1/2”
2	3	Contratuerca de Nylon de 1/4”
3	17	Contratuerca de Nylon de 5/16”
4	1	Base
5	1	Estabilizador
6	3	Polea en “V”
7	4	Tornillo de 3/8” x 2 1/2”
8	5	Arandela Plana de 5/16”
9	4	Arandela Plana de 3/8”
10	6	Arandela Plana de 1/4”
11	4	Tornillo de 5/16” x 2 3/4”
12	3	Tornillo de 3/8” x 2”
13	1	Asiento
14	3	Tornillo de Porte de 5/16” x 2 3/4”
15	7	Polea de 3 1/2”
16	1	Tornillo de 3/8” x 3 1/2”
17	1	Marco de Prensa
18	2	Tornillo de 1/4” x 1/2”
19	2	Parachoques de Pesas
20	1	Soporte de Polea
21	10	Contratuerca de Nylon de 3/8”
22	4	Tornillo de 5/16” x 2 1/2”
23	1	Cable Largo
24	1	Tornillo de 1/4” x 2”
25	6	Pesa
26	1	Pasador de Pesas
27	3	Tapa Interna Cuadrada de 2”
28	2	Tubo de Almohadilla de 12 1/2”
29	1	Palanca de Piernas
30	4	Almohadilla de 5 1/2”
31	2	Manubrio
32	2	Tapa Interna Cuadrada de 1 1/2”
33	1	Tornillo de 5/16” x 2 1/4”
34	4	Tapa Interna Redonda de 3/4”
35	1	Perno de Ojo de 5/16” x 2”
36	1	Marco del Asiento
37	1	Placa del Asiento
38	1	Tornillo de Porte de 1/4” x 2”
39	1	Tirante de Nylon
40	1	Perilla del Asiento
41	1	Respaldo
42	1	Montante Vertical Frontal
43	2	Tornillo de 1/4” x 2 1/2”
44	6	Tapa Interna Cuadrada de 1 3/4”
45	2	Almohadilla de 10”
46	2	Brazo de Prensa
47	1	Brazo Izquierdo
48	1	Brazo Derecho
49	6	Tapa Interna Redonda de 1”
50	3	Trampa del Cable Largo
51	2	Tapa Externa Cuadrada de 2”
52	1	Cadena
53	2	Clip de Cable
54	1	Barra Horizontal
55	1	Marco Superior
56	1	Montante Vertical Posterior
57	1	Soporte en “U” Largo
58	1	Cable Corto
59	1	Tornillo de 3/8” x 8”
60	1	Tornillo de 5/16” x 6”
61	2	Espaciador de 1/2” x 3/4”
62	2	Guía de Pesa
63	1	Tubo de Pesas
64	1	Tapa del Tubo de Pesas
65	1	Tapa Interna Cuadrada de 1”
66	2	Trampa del Cable
67	1	Soporte en “U” Corto
68	1	Tornillo de 5/16” x 5”
69	4	Retenedor de 1”
70	2	Tapa de Cubierta Redonda de 1”
71	4	Tornillo de 3/8” x 3 3/4”
72	1	Tornillo de 5/16” x 3/4”
73	1	Espaciador de 5/8” x 9/16”
74	2	Cojinete Plástico de 1 1/4” x 2 1/2”
75	2	Cojinete Plástico de 1” x 7/8”
76	1	Pesa Superior
77	1	Polea Inferiore de 3 1/2”
78	6	Cubiertas de Poleas
79	1	Pino del Seguro
80	1	Seguro
81	2	Tuerca Fija de 3/8"
#	1	Manual del Usuario

Nota: Este signo # indica una parte no ilustrada. Las Características técnicas están sujetas a cambios sin previo aviso.

DIBUJO DE LAS PARTES—Núm. de Modelo WESY87100 R1297A



COMO ORDENAR PARTES DE REPUESTO

Para pedir partes de repuesto, ponga-se en contacto con la tienda donde compró su equipo. Cuando vaya a ordenar partes, por favor esté preparado para la siguiente información:

1. EL NUMERO DE MODELO del producto (WESY87100).

2. EL NOMBRE del producto (WEIDER® 8510 Home Gym System).

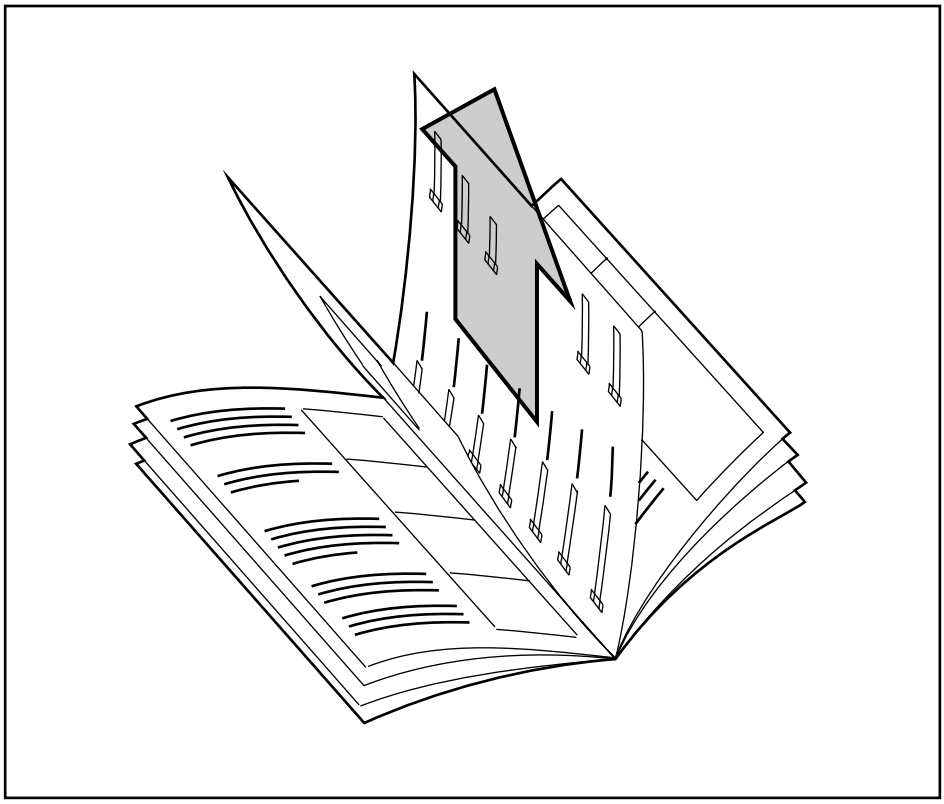
3. EL NUMERO DE SERIE de la máquina (vea la portada de este manual).

4. EL NUMERO e 5. LA DESCRIPCIÓN de la(s) parte(s) (vea el DIBUJO DE LAS PARTES y la LISTA DE PARTES en las páginas 22 e 23 de este manual).

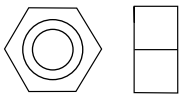
Parte Núm. 142910 R1297A WEIDER es una marca registrada de ICON Health & Fitness, Inc. © 1997 Impreso in CANADA

REMOVER LA TABLE DE IDENTIFICACIÓN DE PARTES DE ÉSTE MANUAL DEL USUARIO

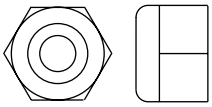
Este cuadro se provee para ayudarle a usted a identificar las partes pequeñas que se usan en el montaje.
Nota: Algunas partes pequeñas pueden haber sido armadas previamente para propósitos de envío. Si una pieza no se encuentra en la bolsa de las partes, revise si ha sido armada previamente.



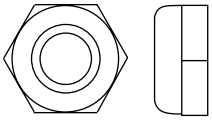
El ensamble está dividido en cuatro pasos: 1) ensamble del marco 2) ensamble del brazo de presión y de mariposa, 3) ensamble de cable y polea, y 4) ensamble del asiento y respaldo. El equipo para cada paso está empacado por separado. Espere a abrir la bolsa de las piezas bolsa hasta que vaya a empezar el paso correspondiente.



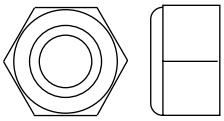
Contratuerca de Nylon de 1/4" (2)–3



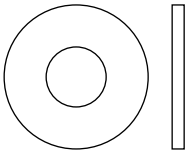
Contratuerca de Nylon de 5/16" (3)–17



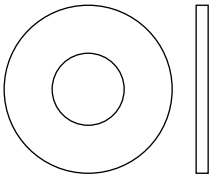
Tuerca Fija de 3/8" (81)–2



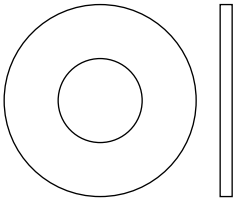
Contratuerca de Nylon de 3/8" (21)–10



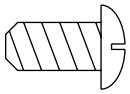
Arandela Plana de 1/4" (10)–6



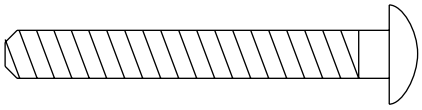
Arandela Plana de 5/16" (8)–5



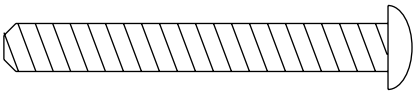
Arandela Plana de 3/8" (9)–4



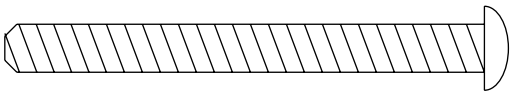
Tornillo de 1/4" x 1/2" (18)–2



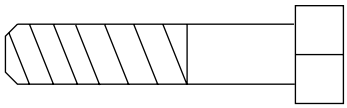
Tornillo de Porte de 1/4" x 2" (38)–1



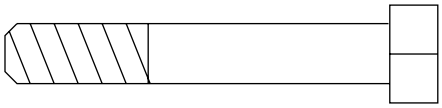
Tornillo de 1/4" x 2" (24)–1



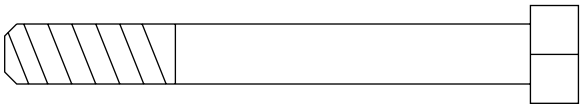
Tornillo de 1/4" x 2 1/2" (43)–2



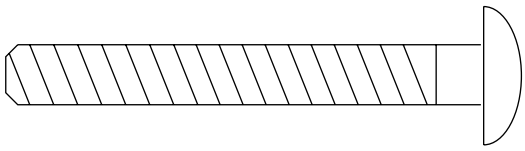
Tornillo de 5/16" x
1 3/4" (72)–1



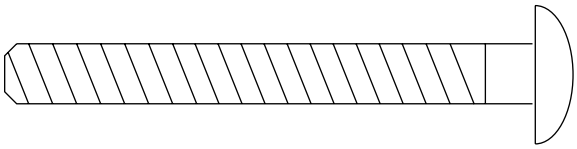
Tornillo de 5/16" x 2 1/2" (22)–4



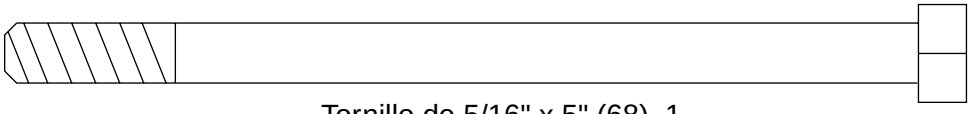
Tornillo de 5/16" x 2 3/4" (11)–4



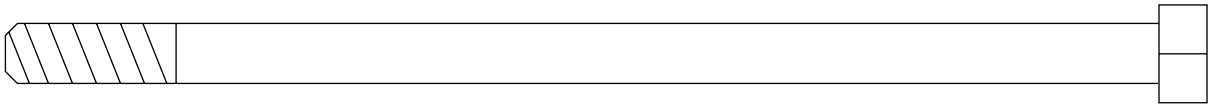
Tornillo de Porte de 5/16" x 2 1/2" (1)–2



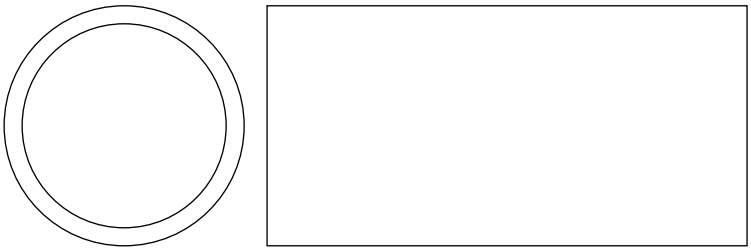
Tornillo de Porte de 5/16" x 2 3/4" (14)–3



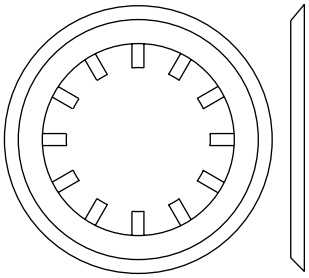
Tornillo de 5/16" x 5" (68)–1



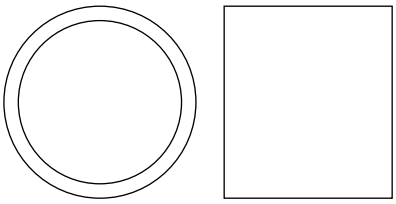
Tornillo de 5/16" x 6" (60)–1



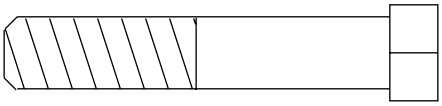
Cojinete Plástico de 1 1/4" x 2 1/2" (74)–2



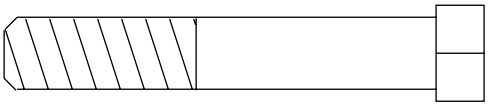
Retenedor de 1" (69)–4



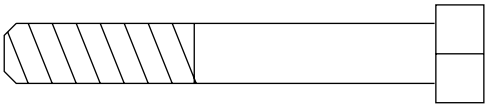
Cojinete Plástico de 1" x 7/8" (75)–2



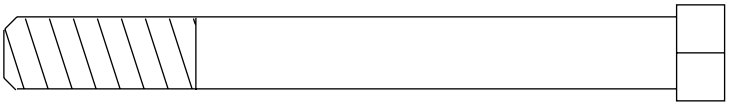
Tornillo de 3/8" x 2" (12)–3



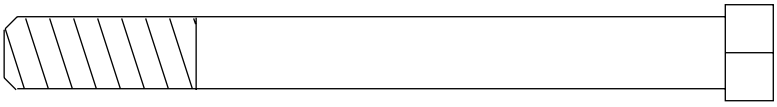
Tornillo de 3/8" x 2 1/2" (7)–3



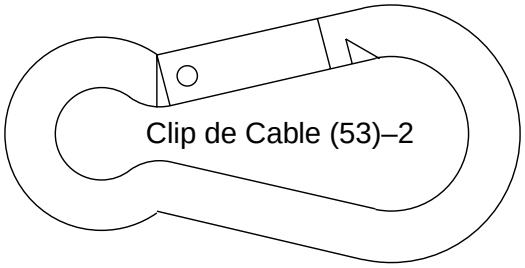
Tornillo de 5/16" x 2 1/4" (33)–1



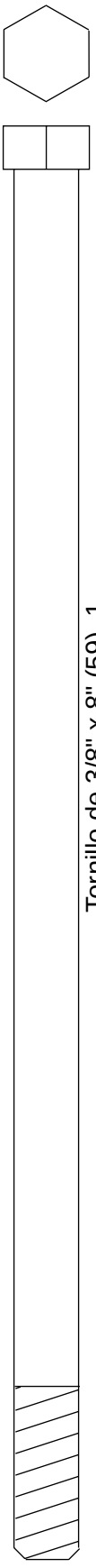
Tornillo de 3/8" x 3 1/2" (16)–1



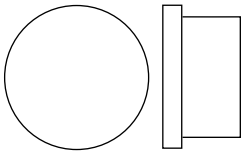
Tornillo de 3/8" x 3 3/4" (71)–4



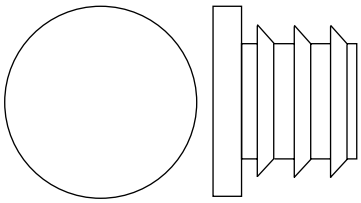
Clip de Cable (53)–2



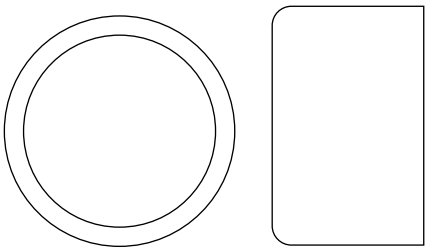
Tornillo de 3/8" x 8" (59)–1



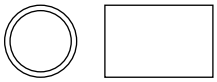
Tapa Interna Redonda de 3/4" (34)–4



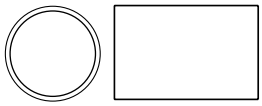
Tapa Interna Redonda de 1" (49)–6



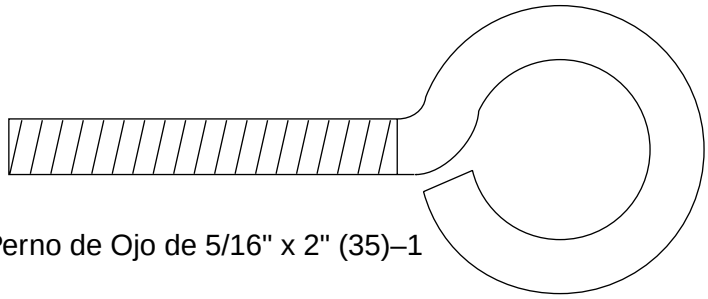
Tapa de Cubierta Redonda de 1" (70)–2



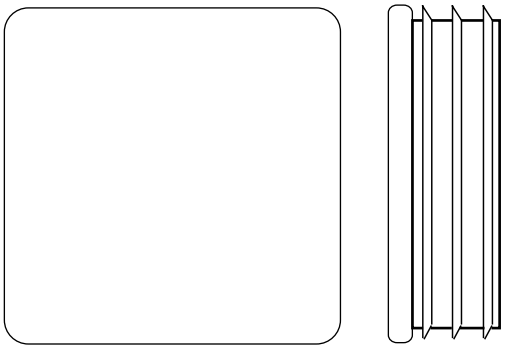
Espaciador de 5/8" x 9/16" (73)–1



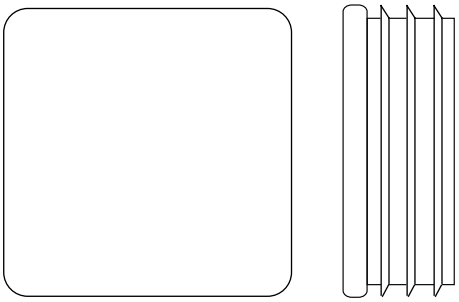
Espaceador de1/2" x 3/4" (61)–2



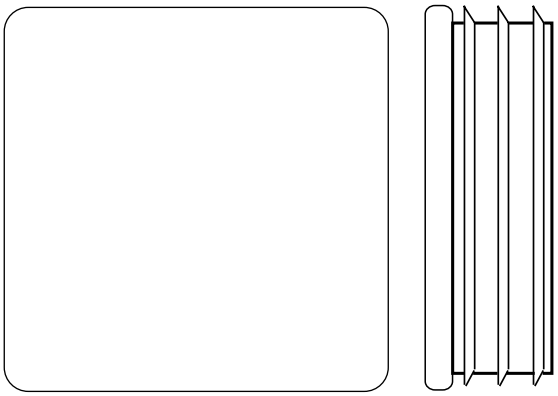
Perno de Ojo de 5/16" x 2" (35)–1



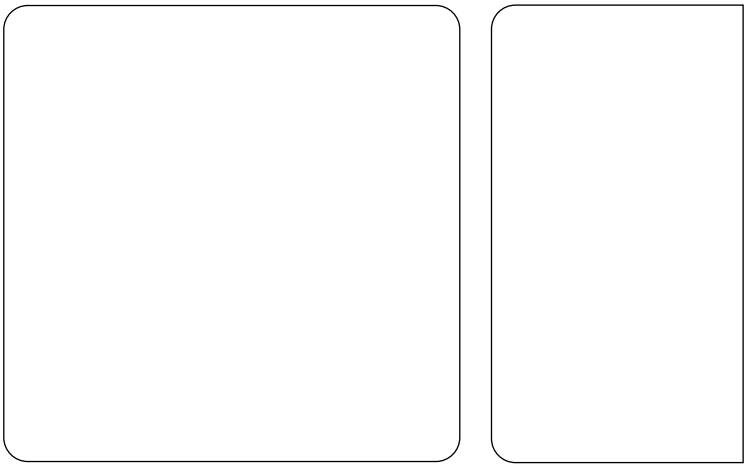
Tapa Interna Cuadrada de1 3/4" (44)–6



Tapa Interna Cuadrada de 1 1/2" (32)–2



Tapa Interna Cuadrada de 2" (27)–3



Tapa Externa Cuadrata de 2" (51)–2